



PRODUKTE DER WOCHE

Kaviar vom Bio-Saibling

Nur gesalzen und frei von Konservierungsstoffen.

Decleva's Alpenfisch
Mariazell
100 g 25,90 €



Steirisches Kürbiskernöl g.g.A.
Einzigartige Kernqualität,
von Hand abgefüllt

Pronnegg
0,25 l 7,- €

Schmeckata

Sauvignon Blanc und
Muskateller aus Tradition

Weingut Nigl
0,75 l 7,80 €



*Alle Produkte unserer
Gut-Schein-Partner auf
www.bauernladen.at*

PRODUZENTEN

1.128

PRODUKTE

10.245

auf www.bauernladen.at

Erdbeeren hautnah

Erdbeeren sind ein absolutes Haut-Superfood und zu schade für den Biomüll.



... Von Rita Davidson

Erdbeeren sind druckempfindlich, leicht verderblich und verlieren schnell an Aroma. Aus diesem Grund landen sie ungerechterweise zu oft im Biomüll, obwohl sie noch ideal für eine natürliche Hautpflege wären.

Erdbeeren eignen sich wunderbar als Peeling und helfen, abgestorbenes Zellmaterial und Unreinheiten zu entfernen. Besonders unsere Lippen lieben den Geschmack, die zarte Massage und die wunderschöne Röte.

Masken und Peelings

Für ein Erdbeer-Körperpeeling Erdbeeren pürieren, bis eine pastöse Masse entsteht und diese dann mit wenig Honig vermengen. Dann die Haut vor dem Duschen sanft mit der Paste massieren, kurz einwirken lassen und mit lauwarmen Wasser abspülen; die Haut wird sanft durchblutet, duftet herrlich und fühlt sich elastisch und frisch an.

Falls auf dem Teller Erdbeersaft übrig bleibt, nicht einfach wegschütten, sondern direkt auf die Haut auftragen. Der Saft ist reich an Antioxidantien, die die Zellerneuerung unterstützen und die Haut natürlich strahlen lassen (vielleicht nicht direkt im Restaurant anwenden, das könne eventuell für Staunen sorgen).

Für strahlend weiße Zähne ist der Erdbeer-Zahnreiniger ideal. Jedoch sollte dieser nur saisonal und nicht regelmäßig verwendet werden, da die Fruchtsäure nach längerer Verwendung den Zahnschmelz angreifen kann. Mit einer Zahnbürste oder einfach mit der Fingerkuppel die Erdbeerenreste (auch mit einer Prise Natron) sanft auf die Zähne auftragen und kurz einwirken lassen; dann den Mund mit lauwarmem Wasser ausspülen.

Erfrischend fruchtig

Eine Erdbeer-Gesichtsmaske ist erfrischend, feuchtigkeitsspendend, reinigend, beruhigend und antioxidant. Erdbeerreste einfach pürieren und mit Joghurt oder Sauerrahm vermischen. Diese Erdbeer-Gesichtspflege kann herrlich mit einem selbst gemachten Erdbeer-Gesichtsessig abgerundet werden; dieser wirkt nämlich desinfizierend und erfrischend.

Erdbeeren mit der Gabel zerdrücken, Apfelessig dazugeben (sodass die Erdbeeren gerade noch bedeckt sind) und kurz ziehen lassen. Dann die dickflüssige Masse abseihen und auf die Haut auftragen. Schon der Duft ist betörend, aber wenn Sie Ihre Haut sehen, werden Sie es sich reichlich überlegen, ob der Salat dieses Dressing je verdienen würde ...

*Diese Woche auf
www.bauernladen.at*



Saibling, Blüten und Spargel

Von wegen kompliziert. Der Fisch wird mit Kräutern, Knoblauch und Zitrone gefüllt und mit dem Spargel im Ofen gegart. Aus einigen Kräutern und Blüten macht man noch eine Kräuterbutter. Und ja, Margarithen kann man essen.



Plädoyer für unser Gemüse

Österreichische Gemüse- und Obstbauern müssen unter herausfordernden Bedingungen arbeiten, auch über die Coronakrise hinaus braucht es das klare Bekenntnis zur Regionalität.



Natürliche Deocremen

Die heimlichen Stars der natürlichen Kosmetik. Deos auf rein natürlicher Basis sorgen für Gesellschaftsfähigkeit unserer Achseln – ohne Chemie. Die Schweißdrüsen bleiben offen und leisten ihre entgiftende Arbeit weiter.



Tierschutzvolksbegehren

AM 29. JUNI ENDET DAS TIERSCHUTZVOLKSBEGEHREN

Bislang haben bereits über 80.000 Menschen unterschrieben; es fehlen jetzt nur noch weniger als 20.000 Stimmen, dann muss sich die hohe Politik zwingend mit den Forderungen beschäftigen. Sebastian Bohrn Mena, Initiator des Tierschutzvolksbegehrens, dazu: „Wir können für Transparenz bei Lebensmitteln sorgen und ein Ende der importierten Tierqual, auch in der Massentierhaltung bewirken sowie die Naturzerstörung bekämpfen.“

Unterstützen auch Sie! Bis 29. Juni ist dies möglich unter www.tierschutzvolksbegehren.at