



In meiner Naturküche verwöhne ich Dich mit leckeren und figurfreundlichen Biomahlzeiten. Die sind ruck zuck fertig und machen wunderbar satt. Ich nenne das : **Glück im Glas.**

»Schatzi, Essen ist fertig!«

Heute gibts zur Belohnung eine Portion Italien-Feeling. So köstlich, leicht und sonnig wie ein Sommertag bei la Mamma...

Zubereitung: Bei mittlerer Hitze erwärmen und ab und zu umrühren. Oder den Inhalt für 3 min bei 600 W in der Mikrowelle erwärmen.

Zutaten: 47% Tomaten, 33% Konjaknudeln (Wasser, Konjakmehl), Paprika, Olivenöl nativ, Zwiebeln, 0,01 % Petersilie, Knoblauch, Apfelsüße, Meersalz*, Pfeffer, Oregano

Alle Zutaten (außer Meersalz) aus kontrolliert biologischem Anbau *ohne Rieselhilfen

Ohne Verdickungsmittel und künstliche Zusätze



ZUCKERARM



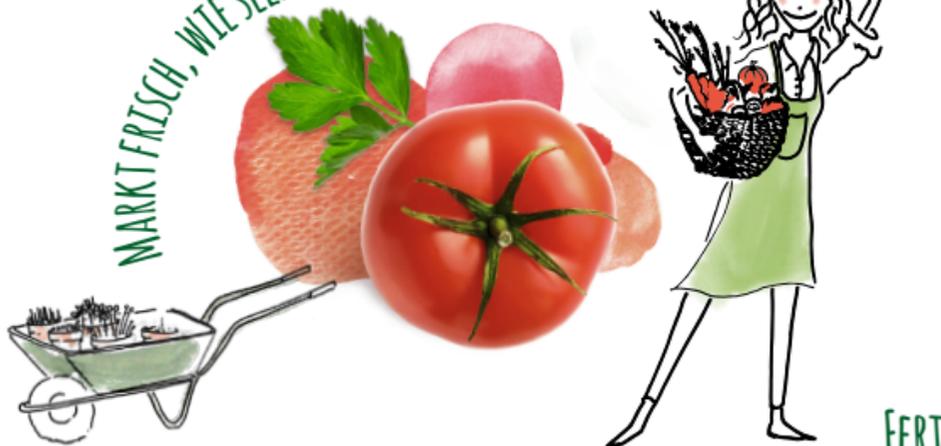
IN 3 MIN. EINE WARMER MAHLZEIT



100 % BIO & VEGAN

Drexels **BIO** Naturküche

MARKTFRISCH, WIE SELBST GEKOCHT



Pasta mit Tomaten

FERTIGGERICHT
MIT 375g

Durchschnittlicher Nährwert pro

100g

| | | |
|-----------------------------|--------|---------|
| Energie | 263 kJ | 63 kcal |
| Fett | | 4,7 g |
| davon gesättigte Fettsäuren | | 1 g |
| Kohlenhydrate | | 3,3 g |
| davon Zucker | | 2,6 g |
| Ballaststoffe | | 3,0 g |
| Eiweiß | | 0,8 g |
| Salz | | 0,58 g |



DE-ÖKO-005

EU- oder Nicht-EU-Landwirtschaft



Glas

Monika Drexel GmbH
Drexels Naturküche
D- 82319 Starnberg
www.drexelsnaturkueche.de

Mindestens haltbar bis:

Bitte kühl und dunkel lagern.
Nach dem Öffnen direkt verzehren.



In meiner Naturküche verwöhne ich Dich mit leckeren und figurfreundlichen Biomahlzeiten. Die sind ruck zuck fertig und machen wunderbar satt. Ich nenne das : **Glück im Glas.**

»Schatzi, Essen ist fertig!«

Zeit für einen Seelenschmeichler. Das ideale Dinner, um gesättigt und trotzdem federleicht durch den Abend zu schweben.

Zubereitung: Bei mittlerer Hitze erwärmen und ab und zu umrühren. Oder den Inhalt für 3 min bei 600 W in der Mikrowelle erwärmen.

Zutaten: Wasser, 40% Rote Bete, Pfeffer, 10% Kartoffeln, Zitronensaft, Meersalz*, Meerrettich,

Alle Zutaten (außer Meersalz) aus kontrolliert biologischem Anbau *ohne Rieselhilfen

Ohne Verdickungsmittel und künstliche Zusätze



FETTARM



IN 3 MIN. EINE WARME MAHLZEIT



100 % BIO & VEGAN

Drexels **BIO** Naturküche

MARKTFRISCH, WIE SELBST GEKOCHT



Rote Bete Suppe



FERTIGGERICHT
MIT 400 ml

Durchschnittlicher Nährwert pro

100 ml

| | | |
|-----------------------------|--------|---------|
| Energie | 100 kJ | 24 kcal |
| Fett | <0,5 g | |
| davon gesättigte Fettsäuren | 0,1 g | |
| Kohlenhydrate | 4,8 g | |
| davon Zucker | 3,6 g | |
| Ballaststoffe | 1,2 g | |
| Eiweiß | 0,8 g | |
| Salz | 0,8 g | |



DE-ÖKO-005

EU- oder Nicht-EU-Landwirtschaft



Glas

Monika Drexel GmbH

Drexels Naturküche

D- 82319 Starnberg

www.drexelsnaturkueche.de

Mindestens haltbar bis:

Bitte kühl und dunkel lagern.

Nach dem Öffnen direkt verzehren.



In meiner Naturküche verwöhne ich Dich mit leckeren und figurfreundlichen Biomahlzeiten. Die sind ruck zuck fertig und machen wunderbar satt. Ich nenne das : **Glück im Glas.**

»Schatzi, Essen ist fertig!«

Auf geht's zu einem kulinarischen Päuschen nach Asien. Für einen kleinen Moment OHMM

Zubereitung: Bei mittlerer Hitze erwärmen und ab und zu umrühren. Oder den Inhalt für 3 min bei 600 W in der Mikrowelle erwärmen.

Zutaten: 33% Kokosnusswasser, 33% Konjaknudeln (Wasser, Konjakmehl), Zitronensaft, Batate (Süßkartoffel), Zwiebeln, Karotten, **Stangensellerie**, 0,01% Currypulver, Knoblauch, Petersilie, Meersalz*, Chili frisch, Apfeldicksaft

Alle Zutaten (außer Meersalz) aus kontrolliert biologischem Anbau *ohne Rieselhilfen

Ohne Verdickungsmittel und künstliche Zusätze



ZUCKERARM
FETTARM
KALORIENARM



IN 3 MIN. EINE
WARME MAHLZEIT



100% BIO &
VEGAN

Drexels **BIO** Naturküche

MARKTFRISCH, WIE SELBST GEKOCHT



Kokos Thai Nudeln

FERTIGGERICHT
MIT 375g

Durchschnittlicher Nährwert pro

100g

| | |
|-----------------------------|------------------|
| Energie | 147 kJ 35 kcal |
| Fett | < 0,5 g |
| davon gesättigte Fettsäuren | 0,2 g |
| Kohlenhydrate | 6,3 g |
| davon Zucker | 2,6 g |
| Ballaststoffe | 3,0 g |
| Eiweiß | 0,7 g |
| Salz | 0,75 g |



DE-ÖKO-005

EU- oder Nicht-EU-Landwirtschaft



Glas

Monika Drexel GmbH

Drexels Naturküche

D- 82319 Starnberg

www.drexelsnaturkueche.de

Mindestens haltbar bis:

Bitte kühl und dunkel lagern.

Nach dem Öffnen direkt verzehren.



In meiner Naturküche verwöhne ich Dich mit leckeren und figurfreundlichen Biomahlzeiten. Die sind ruck zuck fertig und machen wunderbar satt. Ich nenne das : **Glück im Glas.**

»Schatzi, Essen ist fertig!«

**Chili ohne Carne? Ihr werdet es lieben!
Weil es einfach unvergleichlich köstlich ist.**

Zubereitung: Bei mittlerer Hitze erwärmen und ab und zu umrühren. Oder den Inhalt für 3 min bei 600 W in der Mikrowelle erwärmen.

Zutaten: 25% Tomate, 18% **Grünkern (Weizen)**, Kidneybohnen, Zwiebeln, Orangensaft, Knoblauch, 0,05 % Chili (Cheyenne Pfeffer), Olivenöl nativ, Meersalz*, Petersilie, Kumin, Koriander, Zimt, Oregano

Alle Zutaten (außer Meersalz) aus kontrolliert biologischem Anbau *ohne Rieselhilfen

Ohne Verdickungsmittel und künstliche Zusätze



ZUCKERARM
FETTARM



IN 3 MIN. EINE
WARME MAHLZEIT



100 % BIO &
VEGAN

Drexels **BIO** Naturküche

MARKT FRISCH, WIE SELBST GEKOCHT



Chili con Grünkern

FERTIGGERICHT
MIT 375g

Durchschnittlicher Nährwert pro

100g

| | |
|-----------------------------|------------------|
| Energie | 357 kJ 85 kcal |
| Fett | 2,9 g |
| davon gesättigte Fettsäuren | 0,5 g |
| Kohlenhydrate | 10 g |
| davon Zucker | 3,2 g |
| Ballaststoffe | 2,6 g |
| Eiweiß | 3,1 g |
| Salz | 1,2 g |



DE-ÖKO-005
EU- oder Nicht-EU-Landwirtschaft



Glas

Monika Drexel GmbH
Drexels Naturküche
D- 82319 Starnberg
www.drexelsnaturkueche.de

Mindestens haltbar bis:

Bitte kühl und dunkel lagern.
Nach dem Öffnen direkt verzehren.



In meiner Naturküche verwöhne ich Dich mit leckeren und figurfrendlichen Biomahlzeiten. Die sind ruck zuck fertig und machen wunderbar satt. Ich nenne das : **Glück im Glas.**

»Schatzi, Essen ist fertig!«

Wie ein Waldspaziergang auf dem Teller. Ein guter Trick, um endlich mal wieder die geballte Kraft des Waldes zu genießen

Zubereitung: Bei mittlerer Hitze erwärmen und ab und zu umrühren. Oder den Inhalt für 3 min bei 600 W in der Mikrowelle erwärmen.

Zutaten: 33% Konjaknudeln (Wasser, Konjakmehl), 20% Steinpilze, Zwiebeln, 10 % Teryaki Soße (Tamari **Sojasoße** (Wasser, **Sojabohnen**, Meersalz*), Sake, Mirin Rohrzucker, Ingwer, Knoblauch, Maisstärke), Olivenöl nativ, Petersilie, Knoblauch

Alle Zutaten (außer Meersalz) aus kontrolliert biologischem Anbau *ohne Rieselhilfen

Ohne Verdickungsmittel und künstliche Zusätze



ZUCKERARM
FETTARM



IN 3 MIN. EINE
WARME MAHLZEIT



100 % BIO &
VEGAN

Drexels **BIO** Naturküche

MARKT FRESH, WIE SELBST GEKOCHT



Pasta mit Steinpilz & Teriyaki Soße **FERTIGGERICHT MIT 375g**

Durchschnittlicher Nährwert pro

100g

| | | |
|-----------------------------|--------|---------|
| Energie | 235 kJ | 56 kcal |
| Fett | | 2,1 g |
| davon gesättigte Fettsäuren | | 0,4 g |
| Kohlenhydrate | | 5,6 g |
| davon Zucker | | 3,1 g |
| Ballaststoffe | | 3,7 g |
| Eiweiß | | 1,3 g |
| Salz | | 0,77 g |



DE-ÖKO-005

EU- oder Nicht-EU-Landwirtschaft



Glas

Monika Drexel GmbH
Drexels Naturküche
D- 82319 Starnberg
www.drexelsnaturkueche.de

Mindestens haltbar bis:

Bitte kühl und dunkel lagern.
Nach dem Öffnen direkt verzehren.



In meiner Naturküche verwöhne ich Dich mit leckeren und figurfreundlichen Biomahlzeiten. Die sind ruck zuck fertig und machen wunderbar satt. Ich nenne das : **Glück im Glas.**

»Schatzi, Essen ist fertig!«

Kürbis and friends... Na, das wird ein Fest! Wer einmal unsere vegetarische Kürbis Kichererbsen Suppe verzehrt hat, ist verloren für alle Zeit...

Zubereitung: Bei mittlerer Hitze erwärmen und ab und zu umrühren. Oder den Inhalt für 3 min bei 600 W in der Mikrowelle erwärmen.

Zutaten: Wasser, 50% Kürbis, 12% Kokosnusswasser, 10% Kichererbsen, **Sellerie**, Zwiebeln, Paprika, Apfelmark, Petersilienwurzel, Petersilie, Chili, Basilikum, Meersalz*, Ingwerpulver

Alle Zutaten (außer Meersalz) aus kontrolliert biologischem Anbau *ohne Rieselhilfen

Ohne Verdickungsmittel und künstliche Zusätze



FETTARM



IN 3 MIN. EINE
WARME MAHLZEIT



100 % BIO &
VEGAN

Drexels **BIO** Naturküche

MARKT FRESH, WIE SELBST GEKOCHT



Kürbis Kichererbsen Suppe

FERTIGGERICHT
MIT 400 ml

Durchschnittlicher Nährwert pro

100 ml

| | |
|-----------------------------|------------------|
| Energie | 176 kJ 42 kcal |
| Fett | 0,6 g |
| davon gesättigte Fettsäuren | 0,2 g |
| Kohlenhydrate | 6,5 g |
| davon Zucker | 3,7 g |
| Ballaststoffe | 1,6 g |
| Eiweiß | 1,9 g |
| Salz | 0,81 g |



DE-ÖKO-005

EU- oder Nicht-EU-Landwirtschaft



Glas

Monika Drexel GmbH

Drexels Naturküche

D- 82319 Starnberg

www.drexelsnaturkueche.de

Mindestens haltbar bis:

Bitte kühl und dunkel lagern.

Nach dem Öffnen direkt verzehren.



In meiner Naturküche verwöhne ich Dich mit leckeren und figurfreundlichen Biomahlzeiten. Die sind ruck zuck fertig und machen wunderbar satt. Ich nenne das : **Glück im Glas.**

»Schatzi, Essen ist fertig!«

Wie beim Franzosen! In Nullkommanichts auf dem Teller serviert und voilà: Einfach nur très bon!

Zubereitung: Bei mittlerer Hitze erwärmen und ab und zu umrühren. Oder den Inhalt für 3 min bei 600 W in der Mikrowelle erwärmen.

Zutaten: 33% Konjaknudeln (Wasser, Konjakmehl), 25% Tomaten, Zucchini, 11 % Aubergine, Paprika, Zwiebeln, Olivenöl nativ, Knoblauch, 0,01 % Petersilie, Rosmarin, Apfelsüße, Meersalz*, Pfeffer, Oregano

Alle Zutaten (außer Meersalz) aus kontrolliert biologischem Anbau *ohne Rieselhilfen

Ohne Verdickungsmittel und künstliche Zusätze



ZUCKERARM
FETTARM
KALORIENARM



IN 3 MIN. EINE
WARME MAHLZEIT



100 % BIO &
VEGAN

Drexels **BIO** Naturküche

MARKTFRISCH, WIE SELBST GEKOCHT



Ratatouille
Pasta mit Gemüse französischer Art

FERTIGGERICHT
MIT 375g

Durchschnittlicher Nährwert pro 100g

| | |
|-----------------------------|------------------|
| Energie | 154 kJ 37 kcal |
| Fett | 1,9 g |
| davon gesättigte Fettsäuren | 0,4 g |
| Kohlenhydrate | 3,3 g |
| davon Zucker | 2,3 g |
| Ballaststoffe | 3,0 g |
| Eiweiß | 1 g |
| Salz | 0,22 g |



DE-ÖKO-005
EU- oder Nicht-EU-Landwirtschaft



Glas

Monika Drexel GmbH
Drexels Naturküche
D- 82319 Starnberg
www.drexelsnaturkueche.de

Mindestens haltbar bis:

Bitte kühl und dunkel lagern.
Nach dem Öffnen direkt verzehren.



In meiner Naturküche verwöhne ich Dich mit leckeren und figurfreundlichen Biomahlzeiten. Die sind ruck zuck fertig und machen wunderbar satt. Ich nenne das : **Glück im Glas.**

»Schatzi, Essen ist fertig!«

Ein echter Gaumenschatz! Unser Gemüseteller voll bester Zutaten für ein bisschen Italien-Feeling.

Zubereitung: Bei mittlerer Hitze erwärmen und ab und zu umrühren. Oder den Inhalt für 3 min bei 600 W in der Mikrowelle erwärmen.

Zutaten: 65% Gemüsebrühe (Wasser, Karotten, Tomaten, 5 % Petersilienwurzel, **Sellerie**, Petersilie, Liebstöckel, Knoblauch, Meersalz), Karotten, Tomaten, 5 % Petersilienwurzel, **Sellerie**, Petersilie, Liebstöckel, Knoblauch, Meersalz*

Alle Zutaten (außer Meersalz) aus kontrolliert biologischem Anbau *ohne Rieselhilfen

Ohne Verdickungsmittel und künstliche Zusätze



FETTARM
KALORIENARM



IN 3 MIN. EINE
WARME MAHLZEIT



100 % BIO &
VEGAN

Drexels **BIO** Naturküche

MARKT FRESH, WIE SELBST GEKOCHT



Minestrone
Gemüsesuppe italienischer Art

FERTIGGERICHT
MIT 400 ml

Durchschnittlicher Nährwert pro

100 ml

| | |
|-----------------------------|-----------------|
| Energie | 79 kJ 19 kcal |
| Fett | <0,5 g |
| davon gesättigte Fettsäuren | 0,2 g |
| Kohlenhydrate | 3 g |
| davon Zucker | 1,6 g |
| Ballaststoffe | 1,3 g |
| Eiweiß | 0,5 g |
| Salz | 1,1 g |



DE-ÖKO-005

EU- oder Nicht-EU-Landwirtschaft



Glas

Monika Drexel GmbH

Drexels Naturküche

D- 82319 Starnberg

www.drexelsnaturkueche.de

Mindestens haltbar bis:

Bitte kühl und dunkel lagern.

Nach dem Öffnen direkt verzehren.



In meiner Naturküche verwöhne ich Dich mit leckeren und figurfreundlichen Biomahlzeiten. Die sind ruck zuck fertig und machen wunderbar satt. Ich nenne das : **Glück im Glas.**

»Schatzi, Essen ist fertig!«

So viel Hmmm... auf einmal, so viel Lebendigkeit, Frische und Leichtigkeit auf dem Teller!

Zubereitung: Bei mittlerer Hitze erwärmen und ab und zu umrühren. Oder den Inhalt für 3 min bei 600 W in der Mikrowelle erwärmen.

Zutaten: Wasser, 12% Kürbis, 6% Süßkartoffel, Kartoffel, Karotten, 5 % Apfel, **Stangensellerie**, Paprika frisch, Ingwer frisch, Petersilie frisch, Chili frisch, Meersalz*, Pfeffer

Alle Zutaten (außer Meersalz) aus kontrolliert biologischem Anbau *ohne Rieselhilfen

Ohne Verdickungsmittel und künstliche Zusätze



FETTARM



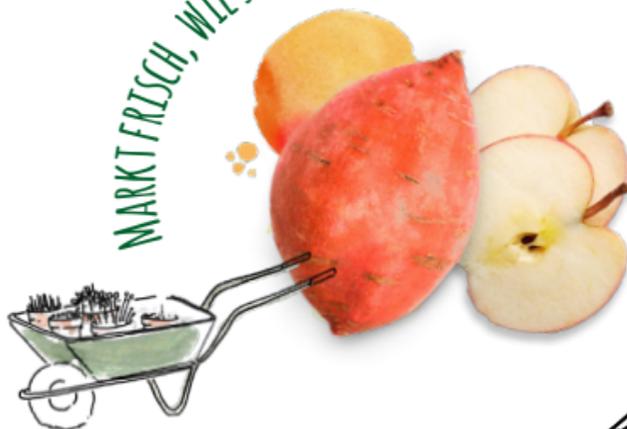
IN 3 MIN. EINE WARME MAHLZEIT



100 % BIO & VEGAN

Drexels **BIO** Naturküche

MARKTFRISCH, WIE SELBST GEKOCHT



Süßkartoffel Suppe

FERTIGGERICHT
MIT 400 ml

Durchschnittlicher Nährwert pro

100 ml

| | |
|-----------------------------|-----------------|
| Energie | 94 kJ 22 kcal |
| Fett | <0,5 g |
| davon gesättigte Fettsäuren | 0,1 g |
| Kohlenhydrate | 4,7 g |
| davon Zucker | 2,6 g |
| Ballaststoffe | 1,3 g |
| Eiweiß | 0,6 g |
| Salz | 1 g |



DE-ÖKO-005

EU- oder Nicht-EU-Landwirtschaft



Glas

Monika Drexel GmbH
Drexels Naturküche
D- 82319 Starnberg
www.drexelsnaturkueche.de

Mindestens haltbar bis:

Bitte kühl und dunkel lagern.
Nach dem Öffnen direkt verzehren.



In meiner Naturküche verwöhne ich Dich mit leckeren und figurfreundlichen Biomahlzeiten. Die sind ruck zuck fertig und machen wunderbar satt. Ich nenne das : **Glück im Glas.**

»Schatzi, Essen ist fertig!«

Heute auf der Wochenkarte, knackige Möhrchen. Super gute Idee, Karotten mit Konjaknudeln zu kombinieren, das schmeckt soooo fein.

Zubereitung: Bei mittlerer Hitze erwärmen und ab und zu umrühren. Oder den Inhalt für 3 min bei 600 W in der Mikrowelle erwärmen.

Zutaten: 30% Karotten, 33 % Konjaknudeln (Wasser, Konjakmehl), Kartoffeln, Zwiebeln, Olivenöl, **Mandeln**, Zitronensaft, Petersilie, Meersalz*, Kreuzkümmel, Kardamom, Pfeffer

Alle Zutaten (außer Meersalz) aus kontrolliert biologischem Anbau *ohne Rieselhilfen

Ohne Verdickungsmittel und künstliche Zusätze



ZUCKERARM
FETTARM
KALORIENARM



IN 3 MIN. EINE
WARME MAHLZEIT



100 % BIO &
VEGAN

Drexels **BIO** Naturküche

MARKT FRESH, WIE SELBST GEKOCHT



Nudeln mit Karottengemüse

FERTIGGERICHT
MIT 375g

Durchschnittlicher Nährwert pro

100g

| | |
|-----------------------------|------------------|
| Energie | 168 kJ 40 kcal |
| Fett | 1,9 g |
| davon gesättigte Fettsäuren | 0,3 g |
| Kohlenhydrate | 4,8 g |
| davon Zucker | 1,9 g |
| Ballaststoffe | 3,0 g |
| Eiweiß | 0,6 g |
| Salz | 0,6 g |



DE-ÖKO-005

EU- oder Nicht-EU-Landwirtschaft



Glas

Monika Drexel GmbH

Drexels Naturküche

D- 82319 Starnberg

www.drexelsnaturkueche.de

Mindestens haltbar bis:

Bitte kühl und dunkel lagern.

Nach dem Öffnen direkt verzehren.



Im meiner Naturküche ver-
wöhne ich Dich mit leckeren und
figurfreundlichen Biomahlzeiten.
Die sind ruck zuck fertig und
machen wunderbar satt.

Unsere tägliche Dosis inneres Leuchten.

Zutaten: 100% Mango
Alle Zutaten aus biologischem Anbau

Ohne Verdickungsmittel und künstliche Zusätze

Mindestens haltbar bis:

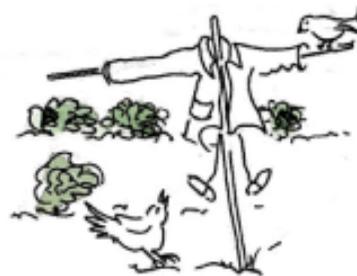
Bitte kühl und dunkel lagern.
Nach dem Öffnen direkt verzehren.



FETTARM



100 % BIO &
VEGAN



HANDVERLESENE FRÜCHTE



Mangomark



300g

Drexels **BIO** Naturküche

Durchschnittlicher Nährwert pro

100g

| | |
|-----------------------------|------------------|
| Energie | 335 kJ 80 kcal |
| Fett | <0,5 g |
| davon gesättigte Fettsäuren | <0,1 g |
| Kohlenhydrate | 19 g |
| davon Zucker | 17 g |
| Ballaststoffe | 1,7 g |
| Eiweiß | <0,5 g |
| Salz | <0,1 g |



DE-ÖKO-005
EU- oder Nicht-EU-Landwirtschaft

Monika Drexel GmbH | Drexels Naturküche
D- 82319 Starnberg
www.drexelsnaturkueche.de



Glas



ZUCKERARM



100 % BIO &
VEGAN

Drexels **BIO** Naturküche

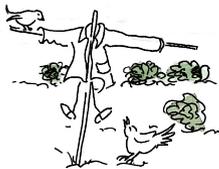
DIE BESTEN CEREALIEN VOM FELD

Serviervorschlag



Müsli

350g



In meiner Naturküche verwöhne ich Dich mit leckeren und figurfreundlichen Biomahlzeiten. Die sind ruck zuck fertig und machen wunderbar satt.

Los geht's: Mit einem Powerfrühstück in den Tag. Macht satt, schmeckt und liefert unser Tagesmantra gleich mit: Happy day, wird ein guter Tag!

Zutaten: 72 % Glutenfreie **Haferflocken**, 14% Reis gepufft, 14% Quinoa gepufft

Alle Zutaten aus biologischem Anbau

Ohne Verdickungsmittel und künstliche Zusätze

Mindestens haltbar bis:

Bitte kühl und dunkel lagern.

Durchschnittlicher Nährwert pro

100g

| | |
|-----------------------------|--------------------|
| Energie | 1614 kJ 386 kcal |
| Fett | 8,5 g |
| davon gesättigte Fettsäuren | 1,3 g |
| Kohlenhydrate | 63 g |
| davon Zucker | 0,9 g |
| Ballststoffe | 6,6 g |
| Eiweiß | 11 g |
| Salz | <0,1 g |



DE-ÖKO-005

EU- oder Nicht-EU-Landwirtschaft

Monika Drexel GmbH

Drexels Naturküche

D- 82319 Starnberg

www.drexelsnaturkueche.de



Glas



LIEBEVOLL
ZUBEREITET



100 % BIO &
VEGAN



Drexels **BIO** Naturküche



Leichter Leben Tee

30g

Zutaten: 30 % Verveine, 30 % Brennnessel, 30 % Rosenblätter Frei von Zusätzen
Füllstoffen, Aromen | Alle Zutaten aus kontrolliert biologischem Anbau

Zubereitung: Für 1 Liter Tee 2 Gramm losen Tee mit 90 Grad heißem Wasser
aufgossen und 6 Minuten ziehen lassen. Kann warm und kalt genossen werden.
In der Tüte zum praktischen Selberdosieren für ca 15 Liter Tee.



DE-ÖKO-005 | EU- oder Nicht-EU-Landwirtschaft
Monika Drexel GmbH, Drexels Naturküche, D- 82319 Starnberg
www.drexelsnaturkueche.de

Mindestens haltbar bis: