

EKO kuchnia HELIO Natura

Smaczniej, zdrowiej, bez sztucznych dodatków i konserwantów... W nowym roku dbaj o zdrowie i wybieraj sprawdzone, w 100% naturalne produkty – jak pochodzące z polskich upraw ekologicznych – najwyższej jakości bakalie HELIO Natura z certyfikatem AGRO BIO TEST.

Orzechy i pestki to bardzo cenny składnik diety, dlatego warto jak najczęściej wykorzystywać je w naszej kuchni, zwłaszcza jeśli chcemy zacząć 2021 w zdrowym stylu! ;-) Według Piramidy Zdrowego Żywienia i Aktywności Fizycznej, dodatek orzechów, nasion słonecznika czy dyni do codziennej diety korzystnie wpływa na nasze zdrowie¹. Dlatego sięgaj po najlepsze, bo spełniające normy rolnictwa ekologicznego, EKO bakalie z linii bez konserwantów HELIO Natura, które naturalnie wzbogacą smak przygotowywanych potraw i dostarczą nam mnóstwo wartościowych składników odżywczych...

Orzechy włoskie HELIO Natura - źródło nienasyconych kwasów tłuszczowych, potasu, fosforu, cynku, miedzi, magnezu, witamin E, B1, B6, folianów i błonnika pokarmowego.

Słonecznik łuskany i Pestki dyni HELIO Natura – źródło białka, potasu, fosforu, magnezu, żelaza, cynku, miedzi, witamin E, B1, B2, folianów i błonnika. Ziarna słonecznika zawierają także wapń, wit. B3 i B6.

Wysokiej jakości EKO bakalie polskiego producenta doskonale urozmaicą nasz codzienny jadłospis. W 100% naturalne orzechy i nasiona HELIO Natura sprawdzą się zarówno jako pożywna fit przekąska w ciągu dnia, jak i zdrowy dodatek do musli, sałatek, zup czy fit deserów. Z ziaren słonecznika i pestek dyni przygotujemy m.in. zdrowe pasty na kanapki, z kolei z orzechów włoskich – np. domowe masło orzechowe... Bakalie HELIO Natura mają niezliczone możliwości zastosowania w codziennej kuchni – na naszym blogu znajdziesz mnóstwo bakaliowych inspiracji, które pomogą Ci w zaplanowaniu zdrowego menu... i to na każdy dzień! W dodatku, EKO przekąski HELIO Natura mają wygodne i praktyczne opakowania, dlatego będą niezastąpione nie tylko w domu, ale też w pracy, na spacerze czy w podróży – można po nie sięgać w każdej sytuacji. Warto o tym pamiętać zwłaszcza przy planowaniu menu, bowiem

¹ *Piramida zdrowego żywienia i aktywności fizycznej, Instytut Żywności i Żywienia im. prof. dra med. Aleksandra Szczygła, Warszawa 2016.*

nasz organizm potrzebuje stałych dostaw energii i witamin, które zapewnią nam zawsze zdrowe, wartościowe bakalie HELIO Natura.

Nowy rok... nowa dieta? Jedz smaczniej, zdrowiej - poczuj się lepiej! Bądź EKO, postaw na naturalność i wybieraj sprawdzone, w 100% naturalne produkty HELIO Natura, bogate w witaminy, minerały i inne składniki odżywcze cenne dla Twojej zrównoważonej diety. Zasmakuj się w naszych naturalnie smacznych EKO przekąskach z polskich upraw ekologicznych i zacznij z HELIO nowy rok w zdrowym stylu!

Ciekawostka:** Jeśli chcesz sprawdzić, czy dany produkt jest EKO – czytaj dokładnie etykiety i sprawdzaj oznaczenia. Etykieta ekologicznego produktu powinna zawierać m.in. unijne logo rolnictwa ekologicznego – zielony listek z 12 gwiazdkami oraz numer upoważnienia nadanego jednostce certyfikującej – **EKO bakalie HELIO Natura posiadają certyfikat PL-EKO-07.