

**STAY HEALTHY – Starkes Immunsystem dank KitchenAid**



Der Januar steht wieder vor der Tür und mit ihm klirrende Kälte und eisiger Wind, der zu der ein oder anderen fiesen Erkältung führen kann. Genau die richtige Zeit, um die eigenen Abwehrkräfte zu stärken. Dabei spielt eine ausgewogene Ernährung eine wichtige Rolle. Mit KitchenAid gelingen Rezepte für leckere und gesunde Mahlzeiten schnell und unkompliziert. Die Produkte der amerikanischen Brand unterstützen gesund und achtsam durch die Wintermonate zu kommen, um mit geballter Energie für Familie, Freunde und anstehende Projekte in das neue Jahr zu starten.

Saft-Fans aufgepasst: Mit dem Artisan K400 Standmixer kann der „healthy Lifestyle“ sekundenschnell in die Tat umgesetzt werden. Neben seinem ästhetischen Design, überzeugt der Blender mit einem leistungsstarkem 1,5 PS Motor. Spielend leicht verarbeitet er auch faserige und harte Zutaten und ist daher ideal für die Zubereitung eines gesunden Safts. Wer morgens schon mit einem frisch gepressten Orangensaft starten möchte, für den eignet sich der 1 L-Zitruspressen Aufsatz für den K400 besonders gut.



Doch auch mit anderen Gemüse- und Obstsorten können ebenso positive Effekte für die Gesundheit erzielt werden. Für den gewissen Immun-Boost lassen sich in dem K400 Standmixer mit seinen zahlreichen abgestimmten Programmen nährstoffreiche und antioxidative Smoothies zubereiten, die morgens oder als Snack zwischendurch verzehrt werden können. Für ein besonders reichhaltiges Frühstück empfiehlt sich eine cremige Smoothie Bowl aus gesunden Fetten, Ballaststoffen und Proteinen. Dafür Zutaten wie Acai, Banane, Himbeeren, mit Haferflocken und Joghurt im KitchenAid Blender vermengen. Die bevorzugte Konsistenz lässt sich ganz einfach in fünf Geschwindigkeitsstufen regulieren. Als Topping eignen sich Superfoods wie Chiasamen, Goji-Beeren, Leinsamen aber auch Kakaosplitter und Kokosflocken.

Wer mittags seine gesunden Vorsätze weiterhin beibehalten möchte, kann es sich ganz einfach machen: Mit dem Neuen 3,1 L Food-Prozessor von KitchenAid gelingen knackige Wintersalate im Handumdrehen. Verstellbare Schneidescheiben, eine beidseitig verwendbare feine und mittlere Reibscheibe und das Würfelzubehör sorgen dafür, dass das Gemüse schnell und präzise geschnitten, gerieben oder klein gewürfelt wird. So landen Paprika, Gurke und Möhren ohne großen Aufwand in dem leckeren Salat.



Gesundheit und Wohlergehen gehen immer vor. Schluss mit gekauften Supermarktalternativen, denn mit innovativer Technik von KitchenAid ist der gesunde Genuss auch zuhause zu erleben.

### **Produktinfos:**

KitchenAid Artisan K400 Standmixer in 14 Farben erhältlich: 329,00€

1L-Zitruspresse (5KSB1CPA) erhältlich: 59,00€

Food Prozessor 3,1 L (5KFP1319), in 5 Farben erhältlich: 299,00€

[www.kitchenaid.eu](http://www.kitchenaid.eu)