

Superfood

Man hört oft von exotischem Superfood wie zum Beispiel Chia Samen oder Açaí. Falls du aber Wert auf regionale Produkte legst, kannst du die exotischen Produkte auch durch einheimische Produkte ersetzen.

Wie wäre es zum Beispiel mit Heidelbeeren statt Açaí oder Leinsamen statt Chia Samen. Haferflocken können ebenfalls zur Liste des Superfoods gezählt werden, wie auch Hirse, das zum Beispiel anstelle von Quinoa benutzt werden kann. Wer auf Avocados im Salat verzichten will, kann zum Beispiel stattdessen Baum- oder Haselnüsse in seinen Salat geben. Und wie wäre es mit Johannisbeeren anstelle von Goji-Beeren?

Gerne kümmern wir, Sonrisa, uns um das Kulinarische für dein Fest und bereiten internationale Gerichte für dich und deine Gäste zu. Melde dich bei uns: www.sonrisaglobal.ch, info@sonrisaglobal.ch, +41 52 730 90 00.

Wir freuen uns auf Deine Anfrage.
Dein Sonrisa Team

