

Liebe Leserin, lieber Leser,

mit dem Almased-Shake kann man hervorragend abnehmen und er ist noch dazu super gesund – darum nutzen ihn selbst Sportler zur optimalen Trainingsunterstützung. Die Almased-Vitalkost hilft Ihnen dabei, Ihr Wunschgewicht zu erreichen und zu halten, und versorgt Sie mit allem, was Ihr Körper braucht.

Nur mit Wasser angerührt, schmeckt der Almased-Shake neutral. Zusätzlich gibt es unglaublich viele Möglichkeiten, aus jedem Shake einen exquisiten Genuss zu machen: von scharf über gemüsig oder fruchtig bis lieblich ... Dabei spielen Gewürze und Früchte eine Rolle, die zusätzlich den Stoffwechsel ankurbeln und Vitamine liefern. Es versteht sich von selbst, dass alle Rezepte dem Almased-Prinzip entsprechen, Sie können also nach Lust und Laune auswählen.

Je mehr Genuss und Abwechslung Sie während der Almased-Diät haben, desto leichter fällt es Ihnen „dranzubleiben“. In der kurzen Startphase, in der Sie alle 3 Mahlzeiten durch einen Shake ersetzen, könnten Sie mit einem erfrischenden Zitrus-Shake in den Tag starten, sich mittags mit dem exotischen Asia-Style-Shake verwöhnen und sich abends noch einen cremigen Avocado-Lassi gönnen. Aus den mehr als 50 Rezepten finden Sie bestimmt schnell Ihre Favoriten heraus. Ich wünsche Ihnen nun viel Freude beim Ausprobieren.

Ihre Andrea Stensitzky-Thielemans