



Ideenreiches Tool für eine Ernährungsumstellung

Die vegetarische und vegane Ernährung ist voll im Trend. Immer mehr Menschen interessieren sich aus den unterschiedlichsten Gründen für die fleischlose Kost. Doch ein Umstieg wirft auch viele Fragen auf. Wer sich vegan ernähren und keinen Nährstoffmangel riskieren möchte, muss tiefer in die Materie einsteigen, Zeit investieren und Informationen sammeln. Dies lässt so manchen zurückschrecken.

Die Lösung zeigt sich auf www.veggie-planer.de. Der Nutzer kann nach Eingabe seiner Wünsche einen Wochenplan abrufen. Dieser enthält eine Zusammenstellung von Rezeptvorschlägen für alle Mahlzeiten am Tag. Die Rezepte sind „alltagsgebräuchlich“ und einfach nachzukochen. Hier wurde Wert auf die Umsetzbarkeit gelegt, und es wurden Gerichte gewählt, die im Alltag bestehen und der ganzen Familie schmecken. Mit wenigen Klicks ist eine anwenderfreundliche Einkaufsliste erstellt.

Wer Gluten- oder Laktose-Allergiker ist, hat leichtes Spiel, nur einen Haken setzen und nur noch Vorschläge erhalten, die zu dem Ernährungstyp passen.

www.veggie-planer.de bietet einen kostenfreien Zugang an mit reduzierten Rezepten und Möglichkeiten. Wer das Experiment der vegetarischen oder veganen Welle wagen möchte, kann auf dieser Internetseite ohne viel Aufwand probieren, ob es funktioniert und für den eigenen Lebensstil passt.

Pressekontakt:

Antje Engert
Tel. 06162 – 96 20 121
engert@veggie-planer.de

Adresse
Engert KG
Zu den Steinbrüchen 12b
64853 Otzberg-Zipfen

Kommunikation
Tel. 06162 962 01 21
Fax 06162 968 72 91
info@veggie-planer.de

Geschäftsführerin
Antje Engert
Dipl. Betriebswirtin (FH)

Handelsregister Darmstadt
HRA 84702
DE-Nr. 193967902
ID DE23ZZ00001230485