



In meiner Naturküche verwöhne ich Dich mit leckeren und figurfreundlichen Biomahlzeiten. Die sind ruck zuck fertig und machen wunderbar satt. Ich nenne das : **Glück im Glas.**

»Schatzi, Essen ist fertig!«

Heute gibts zur Belohnung eine Portion Italien-Feeling. So köstlich, leicht und sonnig wie ein Sommertag bei la Mamma...

**Zubereitung:** Bei mittlerer Hitze erwärmen und ab und zu umrühren. Oder den Inhalt für 3 min bei 600 W in der Mikrowelle erwärmen.

**Zutaten:** 47% Tomaten, 33% Konjaknudeln (Wasser, Konjakmehl), Paprika, Olivenöl nativ, Zwiebeln, 0,01 % Petersilie, Knoblauch, Apfelsüße, Meersalz\*, Pfeffer, Oregano

Alle Zutaten (außer Meersalz) aus kontrolliert biologischem Anbau \*ohne Rieselhilfen

Ohne Verdickungsmittel und künstliche Zusätze



ZUCKERARM



IN 3 MIN. EINE  
WARME MAHLZEIT



100 % BIO &  
VEGAN

# Drexels **BIO** Naturküche

MARKTFRISCH, WIE SELBST GEKOCHT



Pasta mit Tomaten

FERTIGGERICHT  
MIT 375g

Durchschnittlicher Nährwert pro

100g

Energie	263 kJ   63 kcal
Fett	4,7 g
davon gesättigte Fettsäuren	1 g
Kohlenhydrate	3,3 g
davon Zucker	2,6 g
Ballaststoffe	3,0 g
Eiweiß	0,8 g
Salz	0,58 g



DE-ÖKO-005

EU- oder Nicht-EU-Landwirtschaft



Glas

Monika Drexel GmbH

Drexels Naturküche

D- 82319 Starnberg

[www.drexelsnaturkueche.de](http://www.drexelsnaturkueche.de)

Mindestens haltbar bis:

**Bitte kühl und dunkel lagern.**

Nach dem Öffnen direkt verzehren.



In meiner Naturküche verwöhne ich Dich mit leckeren und figurfreundlichen Biomahlzeiten. Die sind ruck zuck fertig und machen wunderbar satt. Ich nenne das : **Glück im Glas.**

»Schatzi, Essen ist fertig!«

Zeit für einen Seelenschmeichler. Das ideale Dinner, um gesättigt und trotzdem federleicht durch den Abend zu schweben.

**Zubereitung:** Bei mittlerer Hitze erwärmen und ab und zu umrühren. Oder den Inhalt für 3 min bei 600 W in der Mikrowelle erwärmen.

**Zutaten:** Wasser, 40% Rote Bete, Pfeffer, 10% Kartoffeln, Zitronensaft, Meersalz\*, Meerrettich,

Alle Zutaten (außer Meersalz) aus kontrolliert biologischem Anbau \*ohne Rieselhilfen

Ohne Verdickungsmittel und künstliche Zusätze



FETTARM



IN 3 MIN. EINE WARME MAHLZEIT



100 % BIO & VEGAN

# Drexels **BIO** Naturküche

MARKTFRISCH, WIE SELBST GEKOCHT



Rote Bete Suppe

FERTIGGERICHT  
MIT 400 ml

Durchschnittlicher Nährwert pro

100 ml

Energie	100 kJ	24 kcal
Fett	<0,5 g	
davon gesättigte Fettsäuren	0,1 g	
Kohlenhydrate	4,8 g	
davon Zucker	3,6 g	
Ballaststoffe	1,2 g	
Eiweiß	0,8 g	
Salz	0,8 g	



DE-ÖKO-005

EU- oder Nicht-EU-Landwirtschaft



Glas

Monika Drexel GmbH

Drexels Naturküche

D- 82319 Starnberg

[www.drexelsnaturkueche.de](http://www.drexelsnaturkueche.de)

Mindestens haltbar bis:

**Bitte kühl und dunkel lagern.**

Nach dem Öffnen direkt verzehren.



In meiner Naturküche verwöhne ich Dich mit leckeren und figurfreundlichen Biomahlzeiten. Die sind ruck zuck fertig und machen wunderbar satt. Ich nenne das : **Glück im Glas.**

»Schatzi, Essen ist fertig!«

**Auf geht's zu einem kulinarischen Päuschen nach Asien. Für einen kleinen Moment OHMM**

**Zubereitung:** Bei mittlerer Hitze erwärmen und ab und zu umrühren. Oder den Inhalt für 3 min bei 600 W in der Mikrowelle erwärmen.

**Zutaten:** 33% Kokosnusswasser, 33% Konjaknudeln (Wasser, Konjakmehl), Zitronensaft, Batate (Süßkartoffel), Zwiebeln, Karotten, **Stangensellerie**, 0,01% Currypulver, Knoblauch, Petersilie, Meersalz\*, Chili frisch, Apfeldicksaft

Alle Zutaten (außer Meersalz) aus kontrolliert biologischem Anbau \*ohne Rieselhilfen

Ohne Verdickungsmittel und künstliche Zusätze



ZUCKERARM  
FETTARM  
KALORIENARM



IN 3 MIN. EINE  
WARME MAHLZEIT



100% BIO &  
VEGAN

# Drexels **BIO** Naturküche

MARKTFRISCH, WIE SELBST GEKOCHT



Kokos Thai Nudeln

FERTIGGERICHT  
MIT 375g

Durchschnittlicher Nährwert pro

100g

Energie	147 kJ   35 kcal
Fett	< 0,5 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,2 g
Kohlenhydrate	6,3 g
davon Zucker	2,6 g
Ballaststoffe	3,0 g
Eiweiß	0,7 g
Salz	0,75 g



DE-ÖKO-005

EU- oder Nicht-EU-Landwirtschaft



Glas

Monika Drexel GmbH

Drexels Naturküche

D- 82319 Starnberg

[www.drexelsnaturkueche.de](http://www.drexelsnaturkueche.de)

Mindestens haltbar bis:

**Bitte kühl und dunkel lagern.**

Nach dem Öffnen direkt verzehren.



In meiner Naturküche verwöhne ich Dich mit leckeren und figurfreundlichen Biomahlzeiten. Die sind ruck zuck fertig und machen wunderbar satt. Ich nenne das : **Glück im Glas.**

»Schatzi, Essen ist fertig!«

**Chili ohne Carne? Ihr werdet es lieben! Weil es einfach unvergleichlich köstlich ist.**

**Zubereitung:** Bei mittlerer Hitze erwärmen und ab und zu umrühren. Oder den Inhalt für 3 min bei 600 W in der Mikrowelle erwärmen.

**Zutaten:** 25% Tomate, 18% **Grünkern (Weizen)**, Kidneybohnen, Zwiebeln, Orangensaft, Knoblauch, 0,05 % Chili (Cheyenne Pfeffer), Olivenöl nativ, Meersalz\*, Petersilie, Kumin, Koriander, Zimt, Oregano

Alle Zutaten (außer Meersalz) aus kontrolliert biologischem Anbau \*ohne Rieselhilfen

Ohne Verdickungsmittel und künstliche Zusätze



ZUCKERARM  
FETTARM



IN 3 MIN. EINE  
WARME MAHLZEIT



100 % BIO &  
VEGAN

# Drexels **BIO** Naturküche

MARKT FRISCH, WIE SELBST GEKOCHT



Chili con Grünkern

FERTIGGERICHT  
MIT 375g

Durchschnittlicher Nährwert pro

100g

Energie	357 kJ   85 kcal
Fett	2,9 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,5 g
Kohlenhydrate	10 g
davon Zucker	3,2 g
Ballaststoffe	2,6 g
Eiweiß	3,1 g
Salz	1,2 g



DE-ÖKO-005  
EU- oder Nicht-EU-Landwirtschaft



Glas

Monika Drexel GmbH  
Drexels Naturküche  
D- 82319 Starnberg  
[www.drexelsnaturkueche.de](http://www.drexelsnaturkueche.de)

Mindestens haltbar bis:

**Bitte kühl und dunkel lagern.**  
Nach dem Öffnen direkt verzehren.



In meiner Naturküche verwöhne ich Dich mit leckeren und figurfreundlichen Biomahlzeiten. Die sind ruck zuck fertig und machen wunderbar satt. Ich nenne das : **Glück im Glas.**

»Schatzi, Essen ist fertig!«

Wie ein Waldspaziergang auf dem Teller. Ein guter Trick, um endlich mal wieder die geballte Kraft des Waldes zu genießen

**Zubereitung:** Bei mittlerer Hitze erwärmen und ab und zu umrühren. Oder den Inhalt für 3 min bei 600 W in der Mikrowelle erwärmen.

**Zutaten:** 33% Konjaknudeln (Wasser, Konjakmehl), 20% Steinpilze, Zwiebeln, 10 % Teryaki Soße (Tamari **Sojasoße** (Wasser, **Sojabohnen**, Meersalz\*), Sake, Mirin, Rohrzucker, Ingwer, Knoblauch, Maisstärke), Olivenöl nativ, Petersilie, Knoblauch

Alle Zutaten (außer Meersalz) aus kontrolliert biologischem Anbau \*ohne Rieselhilfen

Ohne Verdickungsmittel und künstliche Zusätze



ZUCKERARM  
FETTARM



IN 3 MIN. EINE  
WARME MAHLZEIT



100 % BIO &  
VEGAN

# Drexels **BIO** Naturküche

MARKT FRISCH, WIE SELBST GEKOCHT



Pasta mit Steinpilz & Teriyaki Soße **FERTIGGERICHT**  
MIT 375g

Durchschnittlicher Nährwert pro

100g

Energie	235 kJ	56 kcal
Fett		2,1 g
davon gesättigte Fettsäuren		0,4 g
Kohlenhydrate		5,6 g
davon Zucker		3,1 g
Ballaststoffe		3,7 g
Eiweiß		1,3 g
Salz		0,77 g



DE-ÖKO-005

EU- oder Nicht-EU-Landwirtschaft



Glas

Monika Drexel GmbH

Drexels Naturküche

D- 82319 Starnberg

[www.drexelsnaturkueche.de](http://www.drexelsnaturkueche.de)

Mindestens haltbar bis:

**Bitte kühl und dunkel lagern.**

Nach dem Öffnen direkt verzehren.



In meiner Naturküche verwöhne ich Dich mit leckeren und figurfreundlichen Biomahlzeiten. Die sind ruck zuck fertig und machen wunderbar satt. Ich nenne das : **Glück im Glas.**

»Schatzi, Essen ist fertig!«

**Kürbis and friends...** Na, das wird ein Fest! Wer einmal unsere vegetarische Kürbis Kichererbsen Suppe verzehrt hat, ist verloren für alle Zeit...

**Zubereitung:** Bei mittlerer Hitze erwärmen und ab und zu umrühren. Oder den Inhalt für 3 min bei 600 W in der Mikrowelle erwärmen.

**Zutaten:** Wasser, 50% Kürbis, 12% Kokosnusswasser, 10% Kichererbsen, **Sellerie**, Zwiebeln, Paprika, Apfelmark, Petersilienwurzel, Petersilie, Chili, Basilikum, Meersalz\*, Ingwerpulver

Alle Zutaten (außer Meersalz) aus kontrolliert biologischem Anbau \*ohne Rieselhilfen

Ohne Verdickungsmittel und künstliche Zusätze



FETTARM



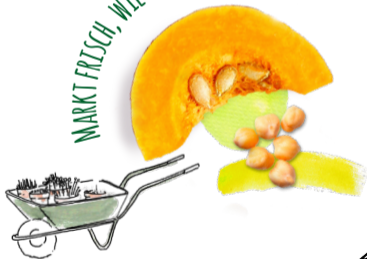
IN 3 MIN. EINE  
WARME MAHLZEIT



100 % BIO &  
VEGAN

Drexels **BIO**  
Naturküche

MARKT FRESH, WIE SELBST GEKOCHT



Kürbis Kichererbsen Suppe

FERTIGGERICHT  
MIT 400 ml

Durchschnittlicher Nährwert pro

100 ml

Energie	176 kJ   42 kcal
Fett	0,6 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,2 g
Kohlenhydrate	6,5 g
davon Zucker	3,7 g
Ballaststoffe	1,6 g
Eiweiß	1,9 g
Salz	0,81 g



DE-ÖKO-005

EU- oder Nicht-EU-Landwirtschaft



Glas

Monika Drexel GmbH

Drexels Naturküche

D- 82319 Starnberg

[www.drexelsnaturkueche.de](http://www.drexelsnaturkueche.de)

Mindestens haltbar bis:

**Bitte kühl und dunkel lagern.**

Nach dem Öffnen direkt verzehren.



In meiner Naturküche verwöhne ich Dich mit leckeren und figurfreundlichen Biomahlzeiten. Die sind ruck zuck fertig und machen wunderbar satt. Ich nenne das : **Glück im Glas.**

»Schatzi, Essen ist fertig!«

Wie beim Franzosen! In Nullkommanichts auf dem Teller serviert und voilà: Einfach nur très bon!

**Zubereitung:** Bei mittlerer Hitze erwärmen und ab und zu umrühren. Oder den Inhalt für 3 min bei 600 W in der Mikrowelle erwärmen.

**Zutaten:** 33% Konjaknudeln (Wasser, Konjakmehl), 25% Tomaten, Zucchini, 11 % Aubergine, Paprika, Zwiebeln, Olivenöl nativ, Knoblauch, 0,01 % Petersilie, Rosmarin, Apfelsüße, Meersalz\*, Pfeffer, Oregano

Alle Zutaten (außer Meersalz) aus kontrolliert biologischem Anbau \*ohne Rieselhilfen

Ohne Verdickungsmittel und künstliche Zusätze



ZUCKERARM  
FETTARM  
KALORIENARM



IN 3 MIN. EINE  
WARME MAHLZEIT



100 % BIO &  
VEGAN

# Drexels **BIO** Naturküche

MARKTFRISCH, WIE SELBST GEKOCHT



Ratatouille  
Pasta mit Gemüse französischer Art

FERTIGGERICHT  
MIT 375g

Durchschnittlicher Nährwert pro

100g

Energie	154 kJ   37 kcal
Fett	1,9 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,4 g
Kohlenhydrate	3,3 g
davon Zucker	2,3 g
Ballaststoffe	3,0 g
Eiweiß	1 g
Salz	0,22 g



DE-ÖKO-005

EU- oder Nicht-EU-Landwirtschaft



Glas

Monika Drexel GmbH

Drexels Naturküche

D- 82319 Starnberg

[www.drexelsnaturkueche.de](http://www.drexelsnaturkueche.de)

Mindestens haltbar bis:

**Bitte kühl und dunkel lagern.**

Nach dem Öffnen direkt verzehren.



In meiner Naturküche verwöhne ich Dich mit leckeren und figurfreundlichen Biomahlzeiten. Die sind ruck zuck fertig und machen wunderbar satt. Ich nenne das : **Glück im Glas.**

»Schatzi, Essen ist fertig!«

Ein echter Gaumenschatz! Unser Gemüseteller voll bester Zutaten für ein bisschen Italien-Feeling.

**Zubereitung:** Bei mittlerer Hitze erwärmen und ab und zu umrühren. Oder den Inhalt für 3 min bei 600 W in der Mikrowelle erwärmen.

**Zutaten:** 65% Gemüsebrühe (Wasser, Karotten, Tomaten, 5 % Petersilienwurzel, **Sellerie**, Petersilie, Liebstöckel, Knoblauch, Meersalz), Karotten, Tomaten, 5 % Petersilienwurzel, **Sellerie**, Petersilie, Liebstöckel, Knoblauch, Meersalz\*

Alle Zutaten (außer Meersalz) aus kontrolliert biologischem Anbau \*ohne Rieselhilfen

Ohne Verdickungsmittel und künstliche Zusätze



FETTARM  
KALORIENARM



IN 3 MIN. EINE  
WARME MAHLZEIT



100 % BIO &  
VEGAN

# Drexels **BIO** Naturküche

MARKT FRESH, WIE SELBST GEKOCHT



Minestrone  
Gemüsesuppe italienischer Art

FERTIGGERICHT  
MIT 400 ml

Durchschnittlicher Nährwert pro

100 ml

Energie	79 kJ   19 kcal
Fett	<0,5 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,2 g
Kohlenhydrate	3 g
davon Zucker	1,6 g
Ballaststoffe	1,3 g
Eiweiß	0,5 g
Salz	1,1 g



DE-ÖKO-005

EU- oder Nicht-EU-Landwirtschaft



Glas

Monika Drexel GmbH

Drexels Naturküche

D- 82319 Starnberg

[www.drexelsnaturkueche.de](http://www.drexelsnaturkueche.de)

Mindestens haltbar bis:

**Bitte kühl und dunkel lagern.**

Nach dem Öffnen direkt verzehren.





In meiner Naturküche verwöhne ich Dich mit leckeren und figurfreundlichen Biomahlzeiten. Die sind ruck zuck fertig und machen wunderbar satt. Ich nenne das : **Glück im Glas.**

»Schatzi, Essen ist fertig!«

So viel Hmmm... auf einmal, so viel Lebendigkeit, Frische und Leichtigkeit auf dem Teller!

**Zubereitung:** Bei mittlerer Hitze erwärmen und ab und zu umrühren. Oder den Inhalt für 3 min bei 600 W in der Mikrowelle erwärmen.

**Zutaten:** Wasser, 12% Kürbis, 6% Süßkartoffel, Kartoffel, Karotten, 5 % Apfel, **Stangensellerie**, Paprika frisch, Ingwer frisch, Petersilie frisch, Chili frisch, Meersalz\*, Pfeffer

Alle Zutaten (außer Meersalz) aus kontrolliert biologischem Anbau \*ohne Rieselhilfen

Ohne Verdickungsmittel und künstliche Zusätze



FETTARM



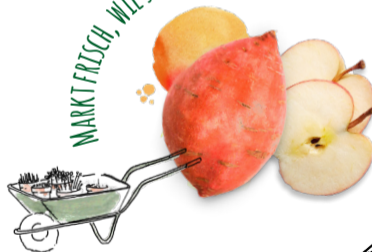
IN 3 MIN. EINE WARME MAHLZEIT



100 % BIO & VEGAN

# Drexels **BIO** Naturküche

MARKTFRISCH, WIE SELBST GEKOCHT



Süßkartoffel Suppe

FERTIGGERICHT  
MIT 400 ml

Durchschnittlicher Nährwert pro

100 ml

Energie	94 kJ   22 kcal
Fett	<0,5 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,1 g
Kohlenhydrate	4,7 g
davon Zucker	2,6 g
Ballaststoffe	1,3 g
Eiweiß	0,6 g
Salz	1 g



DE-ÖKO-005

EU- oder Nicht-EU-Landwirtschaft



Glas

Monika Drexel GmbH  
Drexels Naturküche  
D- 82319 Starnberg  
[www.drexelsnaturkueche.de](http://www.drexelsnaturkueche.de)

Mindestens haltbar bis:

**Bitte kühl und dunkel lagern.**  
Nach dem Öffnen direkt verzehren.



In meiner Naturküche verwöhne ich Dich mit leckeren und figurfreundlichen Biomahlzeiten. Die sind ruck zuck fertig und machen wunderbar satt. Ich nenne das : **Glück im Glas.**

»Schatzi, Essen ist fertig!«

Heute auf der Wochenkarte, knackige Möhrchen. Super gute Idee, Karotten mit Konjaknudeln zu kombinieren, das schmeckt soooo fein.

**Zubereitung:** Bei mittlerer Hitze erwärmen und ab und zu umrühren. Oder den Inhalt für 3 min bei 600 W in der Mikrowelle erwärmen.

**Zutaten:** 30% Karotten, 33 % Konjaknudeln (Wasser, Konjakmehl), Kartoffeln, Zwiebeln, Olivenöl, **Mandeln**, Zitronensaft, Petersilie, Meersalz\*, Kreuzkümmel, Kardamom, Pfeffer

Alle Zutaten (außer Meersalz) aus kontrolliert biologischem Anbau \*ohne Rieselhilfen

Ohne Verdickungsmittel und künstliche Zusätze



ZUCKERARM  
FETTARM  
KALORIENARM



IN 3 MIN. EINE  
WARME MAHLZEIT



100 % BIO &  
VEGAN

# Drexels **BIO** Naturküche

MARKT FRESH, WIE SELBST GEKOCHT



Nudeln mit Karottengemüse

FERTIGGERICHT  
MIT 375g

Durchschnittlicher Nährwert pro

100g

Energie	168 kJ   40 kcal
Fett	1,9 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,3 g
Kohlenhydrate	4,8 g
davon Zucker	1,9 g
Ballaststoffe	3,0 g
Eiweiß	0,6 g
Salz	0,6 g



DE-ÖKO-005

EU- oder Nicht-EU-Landwirtschaft



Glas

Monika Drexel GmbH

Drexels Naturküche

D- 82319 Starnberg

[www.drexelsnaturkueche.de](http://www.drexelsnaturkueche.de)

Mindestens haltbar bis:

**Bitte kühl und dunkel lagern.**

Nach dem Öffnen direkt verzehren.



Im meiner Naturküche ver-  
wöhne ich Dich mit leckeren und  
figurfreundlichen Biomahlzeiten.  
Die sind ruck zuck fertig und  
machen wunderbar satt.

**Unsere tägliche Dosis inneres Leuchten.**

**Zutaten:** 100% Mango  
Alle Zutaten aus biologischem Anbau

Ohne Verdickungsmittel und künstliche Zusätze

Mindestens haltbar bis:

**Bitte kühl und dunkel lagern.**  
Nach dem Öffnen direkt verzehren.



FETTARM



100 % BIO &  
VEGAN



HANDVERLESENE FRÜCHTE



Mangomark



300g

# Drexels **BIO** Naturküche

Durchschnittlicher Nährwert pro

100g

Energie	335 kJ   80 kcal
Fett	<0,5 g
davon gesättigte Fettsäuren	<0,1 g
Kohlenhydrate	19 g
davon Zucker	17 g
Ballaststoffe	1,7 g
Eiweiß	<0,5 g
Salz	<0,1 g



DE-ÖKO-005  
EU- oder Nicht-EU-Landwirtschaft

Monika Drexel GmbH | Drexels Naturküche  
D- 82319 Starnberg  
[www.drexelsnaturkueche.de](http://www.drexelsnaturkueche.de)



Glas



ZUCKERARM



100 % BIO &  
VEGAN

# Drexels **BIO** Naturküche

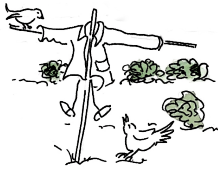
DIE BESTEN CEREALIEN VOM FELD

Serviervorschlag



Müsli

350g



In meiner Naturküche verwöhne ich Dich mit leckeren und figurfreundlichen Biomahlzeiten. Die sind ruck zuck fertig und machen wunderbar satt.

**Los geht's: Mit einem Powerfrühstück in den Tag. Macht satt, schmeckt und liefert unser Tagesmantra gleich mit: Happy day, wird ein guter Tag!**

**Zutaten:** 72 % Glutenfreie **Haferflocken**, 14% Reis gepufft, 14% Quinoa gepufft

Alle Zutaten aus biologischem Anbau

Ohne Verdickungsmittel und künstliche Zusätze

Mindestens haltbar bis:

**Bitte kühl und dunkel lagern.**

## Durchschnittlicher Nährwert pro

100g

Energie	1614 kJ   386 kcal
Fett	8,5 g
davon gesättigte Fettsäuren	1,3 g
Kohlenhydrate	63 g
davon Zucker	0,9 g
Ballststoffe	6,6 g
Eiweiß	11 g
Salz	<0,1 g



DE-ÖKO-005

EU- oder Nicht-EU-Landwirtschaft

Monika Drexel GmbH

Drexels Naturküche

D- 82319 Starnberg

[www.drexelsnaturkueche.de](http://www.drexelsnaturkueche.de)



Glas



LIEBEVOLL  
ZUBEREITET



100 % BIO &  
VEGAN



# Drexels **BIO** Naturküche



Leichter Leben Tee

30g

**Zutaten:** 30 % Verveine, 30 % Brennnessel, 30 % Rosenblätter Frei von Zusätzen  
Füllstoffen, Aromen | Alle Zutaten aus kontrolliert biologischem Anbau

**Zubereitung:** Für 1 Liter Tee 2 Gramm losen Tee mit 90 Grad heißem Wasser  
aufgossen und 6 Minuten ziehen lassen. Kann warm und kalt genossen werden.  
In der Tüte zum praktischen Selberdosieren für ca 15 Liter Tee.



DE-ÖKO-005 | EU- oder Nicht-EU-Landwirtschaft  
Monika Drexel GmbH, Drexels Naturküche, D- 82319 Starnberg  
[www.drexelsnaturkueche.de](http://www.drexelsnaturkueche.de)

Mindestens haltbar bis: