



PURES EGO CLEAN FOOD SCHMIEDE

Clean Eating Lifestyle

Nahrungsmittel sind der Treibstoff unseres Körpers – und je höherwertiger der Treibstoff, desto besser für Leib und Seele. Mehr Energie, größere Leistungsfähigkeit beim Sport und im Alltag, Muskelaufbau und Fettabbau, und das alles unter Berücksichtigung individueller Ernährungsvorgaben – das ist das Ziel. Die PURES EGO CLEAN FOOD SCHMIEDE versteht sich in erster Linie als Online-Lieferservice für frisch zubereitete, gekühlte Gerichte nach dem Prinzip des Clean Eating Lifestyle. Dabei geht es vor allem darum, als Wohlfühlbasis möglichst „reine“ Nahrung zu sich zu nehmen, also natürliche

Zutaten statt künstlich hergestellter Lebensmittel. Das Erfolgsrezept von Clean Food ist ebenso einfach wie überzeugend: die Speisen werden aus frischen, von Fachleuten (wie Ernährungsexperten und Trainern) ausgewählten Zutaten erstellt. Weitere wichtige Faktoren sind auch der Low Carb- und High Protein-Anteil, geringe Mengen an Salz und Pfeffer, ideale Fette sowie natürliche Aromen ohne Geschmacksverstärker. Bei der Zubereitung wird entweder Kokosöl verwendet, das durch seine mittelkettigen Fettsäuren die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit steigert, oder ganz ohne Fett gekocht.

Kunden können aus verschiedenen Ready Meal-Fertiggerichten wählen, oder sie stellen sich das Choice Meal ihrer Wahl selbst zusammen. Die Speisen werden gekühlt direkt ins Büro, nach Hause oder auch ins Fitnessstudio geliefert – österreichweit, und seit neuestem auch nach Deutschland. Einige Fitnessstudios bieten die Produkte der PURES EGO CLEAN FOOD SCHMIEDE auch schon direkt an. In eigenen Kühlschränken stehen die schmackhaften Clean Meals bereit. Körperbewusste Konsumenten können diese „reinen Speisen“ als integralen Bestandteil ihres individuellen Ernährungsplans nutzen.



„Nadine Pur“

Die bekannte TV- und Event-Moderatorin Nadine Friedrich hat den Ein-Monats-Test mit den Pures Ego Meals gemacht, um ihren Clean Eating Lifestyle im Hinblick auf Gesundheit und Leistungsfähigkeit zu optimieren. „Durch meinen Beruf war es für mich immer sehr schwer, mich gesund zu ernähren“, meint Nadine Friedrich. „Mit den Meals von PURES EGO CLEAN FOOD SCHMIEDE habe ich jetzt eine perfekte Möglichkeit gefunden, gesundes Essen, das auch

wirklich gut schmeckt, entweder zu Hause oder unterwegs zu genießen.“

Die gebürtige Grazerin ist zwei Mal pro Woche live im „24 Stunden Wien-Magazin“ im Wiener Stadtsender W24 zu sehen. Dort berichtet sie über aktuelle Events und Lifestyle- wie Gesundheitsthemen, gibt Kino- und Musiktipp und interviewt auf ihrer Studiocouch prominente Gäste. Auf Puls 4 ist sie im TV-Format „SUPERNOWAK“ jeden Dienstag an der Seite von Schauspieler Reinhard Nowak für die Rechte der Konsumenten im Einsatz. Bei all diesem beruflichen Stress ist gesundes Essen umso wichtiger.

Wer sich an den Clean Eating Lifestyle hält, der verzichtet automatisch auf synthetische Zusatzstoffe, Süßstoffe, Zucker, Farb- und Aromastoffe, Geschmacksverstärker, ungesunde Transfette und andere unerwünschte Stoffe in verarbeiteten

Lebensmitteln. Das entlastet den Körper und ist für viele Menschen förderlich, die sich optimal ernähren, körperlich wohl fühlen – und so auch ihre Ausstrahlung steigern möchten.

Infos und Bestellungen:

PURES EGO

**Pures Ego Clean Food Schmiede
Siebenhirtenstraße 11, 1230 Wien**

Tel: 0664 651 1004

E-Mail: mail@puresego.at

www.puresego.at

