

emotion

slow.

RUNTERKOMMEN • GENIESSEN • EINFACH LEBEN

SPECIAL
ACHTSAMKEIT
Open your
mind

SIMPLIFY YOUR HOME
Ausräumen – aber auf
die entspannte Art.

WALDBADEN
Was ist dran, am neuen
Megatrend aus Japan?

SÄNGERIN MOGLI
zeigt uns, was es heißt,
wirklich frei zu sein.

Die neue Gelassenheit

FÜHLT SICH ZIEMLICH GUT AN: BEIM NETWORKING,
BEIM YOGA - UND IN DER LIEBE!

EINE EDITION VON **emotion**



Gut abgehangen!

Das dänische Design-
Duo Frandsen und
Aagaard hat
einen hängen-
den Obstkorb
erdacht, der
Frisches länger
frisch hält. Es
zeigt sich, dass
„Pluk“ auch Spiel-
sachen, Duschzeug,
Socken ordentlich verstaut.
66 Euro, über www.blueappeal.com

GENIESSEN



LEBENDIG MIT KIMCHI

Liebe mag durch den Magen gehen. Gesundheit aber,
die liegt im Darm! Und dem kann man öfter mal etwas
Gutes tun, zum Beispiel indem man roh fermentiertes
Gemüse wie das von Completeorganics ist. Nicht pas-
teurisiert, steckt da jede Menge bakterielles Leben im
Glas. Rund 5,50 Euro, www.completeorganics.de



SIE KOCHEN IN FRIEDEN



Essen verbindet. Alle. Deshalb haben Manuela Maurer (re.) und
Olivia Beryt aus Hamburg mit Chickpeace ein Projekt gestartet,
das geflüchteten Frauen eine Jobperspektive gibt und die
Chance, ihre eigene Familie zu ernähren: ein Catering-Unterneh-
men mit spektakulär authentischem, arabisch-afrikanischem
Speiseangebot für den Raum Hamburg. www.chickpeace.de

So gut wie mit

Kuchen ohne Gluten?
Kannste machen, aber
schmeckt sch... - stopp,
stimmt nicht! Kannste
machen und schmeckt
genauso gut! Die drei unter-
schiedlichen Reismehlsorten
von Komeko eignen sich
perfekt als Getreideersatz –
ob im Gugelhupf oder
im Fröstüchsbrotchen.
4,99 Euro, www.komeko.de



Mash'

Einseitige Ernährung

Die Von-allem-etwas-Speisekarte hat ausgedient.
Weniger (s)st mehr. Diese monothematischen
Restaurants servieren Variationen eines Gerichts:



• PORRIDGE RAUF UND RUNTER

Im **Haferkater** in Berlin und Köln gibt es Haferschleim
in lecker, mit Beeren, Schoko, Ziegenkäse ...
www.haferkater.com

• HALLO, HUMMUS!

In der **Mashery** in Köln streichen sie euch Hummus
in allen Farben und Varianten aufs Pita.
www.mashery-hummus.de

• FÜR FISCH-FANS

Danke, Peru! Endlich hat das Fischgericht Ceviche sei-
nen Weg zu uns gefunden und wird in **Cevicherias** aus-
schließlich serviert. Etwa www.cevicheria-berlin.com
oder www.cevicheria-pez.de in München

FOTOS: HELENE OLIVER SCHWARZWALD, ROBERT RÖHDE, PR
TEXTE: INNA ANIKA KLOTZ