

over 'superfood'



Nature's Secrets



nature's secrets bvba
keizersstraat 48 bus 4
2000 antwerpen
+32485690234

Tiny van den Wijngaert
grafische en digitale media
groep C
basisproject: foodtruck

Wat zijn superfoods?

Wat zijn nu die speciale 'superfoods' waar iedereen het over heeft? Het gaat over voeding die extreem veel mineralen en vitamines bevatten. Door elke dag een paar superfoods in ons dieet op te nemen kunnen we alvast een vitaler en gelukkiger leven leiden dus!



“in wat voor exotische winkel vind ik ze?”

Gelukkig voor jou hoeft je niet helemaal naar China of Australië te reizen om een beetje gezonder te eten. Wij komen de superfoods namelijk naar je toe brengen! In een gevarieerd aantal gerechten en smoothies verwerken wij de allerlekkerste superfoods zodat jij alleen hoeft te genieten terwijl je lichaam juicht van vreugde met al die vitaminenbommen!



Ik word vaak ook happy berry genoemd vanwege alle goede eigenschappen die ik bevat. Ik maak je blij, help je bij afvallen, om beter te slapen, tegen acne en zelfs huiduitslag. Ik heb daarboven ook een gunstig effect op je lever en je nieren!

Gojibes

Ik ben afkomstig van de vrouwelijke hennepplant en sta erom bekend om de meest essentiële voedingsstoffen zoals vetzuren, mineralen, aminozuren te bevatten, en daarbovenop nog eens eiwit- en vezelrijk te zijn! A MUST EAT!



hennepzaad



Geen enkele andere voeding heeft meer antioxidanten en magnesium als mij! Daarnaast heb ik veel serotonine, die je blij maakt en zwavel, die voor je mooie en gladde huid zorgt! Jammer genoeg wordt vaak chemisch verwerkt tot melkchocolade, waarbij al mijn essentiële voedingswaarden worden tenietgedaan.

:(

cacaoboon

Ik ben een microscopisch klein alge, maar laat mijn kleine gestalte je niet beetnemen! Net als mijn superfood-vriendjes zit ik boordevol vitamines, mineralen, aminozuren en omega 3 vetzuren. Daarnaast heb ik nog zeer veel eiwit, wat me dus zeer geschikt maakt voor vegetariërs! Ik ben kortom een klein maar krachtig gezondheidsbommetje!



Spirulina



moerbij

Supergoet, lekker en gezond, dat kan toch niet? Ik ben het levende bewijs dat dit wel kan! Voedingsvezels, kalium, calcium, ijzer en vitamine C, allemaal in één klein beetje. Ik help je o.a. met je hoge bloeddruk, cholesterol, ijzertekort en je gezichtsvermogen! Dankuwel, moerbij!

Ik ben afkomstig van de vlasplant en zorg o.a. voor je hersenen, ogen en je hormoonhuishouding! Als dat nog niet genoeg zou zijn, verbeter ik ook nog eens de kwaliteit van je haar, je huid en je nagels. Verder bevat ik ook vitamine B1 en 2, magnesium, zink, kalium en calcium. Ik zorg ook voor een goede stoelgang en een verzadigd gevoel zodat je minder snel terug moet eten!



lijnzaad



Ik ben het stiekeme superfood voor vampieren! Ik vertraag namelijk het verouderingsproces. Net als lijnzaad verbeter ik de stoelgang. Ik ben goed voor je hart, bloedvaten, werk actief tegen botontkalking en geef je een supervoldaan gevoel! Hierdoor kan ik je ook helpen met gewicht te verliezen!

chiazaad

Bij mij kom je vitamines A B C D E en K tegen, aminozuren, kalium, zink en selenium. In mensentaal wilt dit zeggen dat ik goed ben voor je hersenen, zenuwstelsel, hart, cholesterol, zicht, bloeddruk, bloedsuikerspiegel, veroudering en bescherming tegen verschillende soorten kanker. En wordt zelfs gezegd dat je zou kunnen overleven op een deel van enkel avocado's! Maar niet, doen hoor!



avocado



proef onze lekkere
smoothies!



geniet van een
vitaminerijk ontbijt!



smul van onze
huisbereide
falafelballetjes!



met veel liefde
voor u bereid



biologisch en organisch
van afkomst!

voor een eerlijke
en smakelijke hap!



