



Von Fitness-Trainern empfohlen

»»» Vor allem gesund muss es sein

Wenn Fitnessstrainer zur Verkostung aufgerufen werden, dann kann es nicht nur um den guten Geschmack gehen. Erst recht nicht, wenn Smoothies serviert werden, die doch gemixt werden, damit die gesunden Inhaltsstoffe von Obst und Gemüse leichter und in größerem Umfang verzehrt werden können.

Deshalb haben die Trendsetter von shape UP den sieben Kriterien neben dem Geschmack noch mehr Bedeutung beigemessen. Von Ballaststoffen bis Zutaten wurden auf einer Skala von fünf bis eins alle wesentlichen Merkmale eines guten Produktes benotet. Am Ende konnten die erfahrenen Trainerinnen und Trainer alle fünf Smoothie empfehlen. Denn nach Auszählung aller Bewertungen trennten den ersten nur 0,27 Punkte vom fünften. Schließlich hatte jedes Produkt seine besonderen Stärken und Vorzüge. So kann jetzt jeder seinen Smoothie zielgerichtet nach dem persönlichen Bedarf auswählen - mal den mit den meisten Ballaststoffen, mal den mit der größten Energiedichte. Denn Gründe für den Power-Drink gibt es viele.

Die sieben wichtigsten Gründe, zu Smoothies zu greifen:

1. Smoothies sind eine gesunde Zwischenmahlzeit
2. Smoothies lassen sich bequem verzehren und ersparen viel Aufwand bei der Zubereitung
3. Statt Smoothies zu trinken, esse ich Obst und Gemüse lieber direkt
4. Smoothies helfen mir, meine Vitamin-Versorgung zu sichern
5. Smoothies sind einfach die moderne Art, Obst und Gemüse zu verzehren
6. Smoothies zu konsumieren hilft mir, zusätzliche Ballaststoffe aufzunehmen
7. Smoothies mixe ich mir am liebsten gern selbst statt sie fertig zu kaufen

Für jeden Geschmack den passenden Smoothie

Fitness-Trainer empfehlen alle, aber einige ganz besonders



2. Alnatura Grüner Smoothie
3,63 Punkte



1. Solevita Fruit Smoothie
3,79 Punkte



3. KENKODOJO Brown Rice & Soja
3,59 Punkte

4. KENKODOJO Green Juice 3,57 Pkt. 5. Solevita Pink Smoothie 3,52 Pkt.

Sieg in vier von acht Kategorien

Der Fruit Smoothie von Solevita hat die besten Zutaten, den leckersten Geschmack, die meisten Vitamine, das wenigste Salz

Zutaten

- | | |
|--------------------------------|------|
| 1. Solevita Fruit Smoothie | 4,46 |
| 2. Alnatura Grüner Smoothie | 3,44 |
| 3. KENKODOJO Green Juice | 3,07 |
| 4. Solevita Pink Smoothie | 3,03 |
| 5. KENKODOJO Brown Rice & Soja | 3,0 |

Ballaststoffe

- | | |
|--------------------------------|------|
| 1. KENKODOJO Green Juice | 4,46 |
| 2. Alnatura Grüner Smoothie | 4,37 |
| 3. KENKODOJO Brown Rice & Soja | 4,33 |
| 4. Solevita Pink Smoothie | 3,89 |
| 5. Solevita Fruit Smoothie | 3,25 |

Energie

- | | |
|--------------------------------|------|
| 1. KENKODOJO Brown Rice & Soja | 4,32 |
| 2. KENKODOJO Green Juice | 4,25 |
| 3. Alnatura Grüner Smoothie | 4,03 |
| 3. Solevita Pink Smoothie | 4,03 |
| 5. Solevita Fruit Smoothie | 3,92 |

Mineralien

- | | |
|--------------------------------|------|
| 1. KENKODOJO Green Juice | 4,57 |
| 2. Alnatura Grüner Smoothie | 4,17 |
| 3. Solevita Fruit Smoothie | 3,96 |
| 4. Alnatura Grüner Smoothie | 3,71 |
| 5. KENKODOJO Brown Rice & Soja | 3,65 |

Geschmack

- | | |
|--------------------------------|------|
| 1. Solevita Fruit Smoothie | 3,89 |
| 2. Solevita Pink Smoothie | 3,57 |
| 3. KENKODOJO Brown Rice & Soja | 2,68 |
| 4. Alnatura Grüner Smoothie | 2,62 |
| 5. KENKODOJO Green Juice | 2,0 |

Salzgehalt

- | | |
|--------------------------------|------|
| 1. Solevita Fruit Smoothie | 3,0 |
| 2. KENKODOJO Green Juice | 2,93 |
| 3. KENKODOJO Brown Rice & Soja | 2,85 |
| 4. KENKODOJO Green Juice | 2,82 |
| 5. Solevita Pink Smoothie | 2,58 |

Zuckergehalt

- | | |
|--------------------------------|------|
| 1. KENKODOJO Brown Rice & Soja | 3,91 |
| 2. Alnatura Grüner Smoothie | 3,82 |
| 3. KENKODOJO Green Juice | 3,48 |
| 4. Solevita Pink Smoothie | 3,25 |
| 5. Solevita Fruit Smoothie | 3,17 |

Vitamine

- | | |
|--------------------------------|------|
| 1. Solevita Fruit Smoothie | 4,71 |
| 2. Solevita Pink Smoothie | 4,17 |
| 3. KENKODOJO Brown Rice & Soja | 4,0 |
| 4. KENKODOJO Green Juice | 3,86 |
| 5. Alnatura Grüner Smoothie | 3,79 |