

Zakaj je dobro, da vsak dan zaužijete svež zelen smoothie?



Smoothie-ji so lahko odličen začetek dneva ali okusna zdrava malica!

So odličen način, da si zagotovite kar največji odmerek vitaminov, mineralov in folne kisline. Zelo veliko folne kisline se nahaja prav v zeleni listnati zelenjavi in surovem sadju. Folna kislina je topna v vodi in zelo občutljiva na toploto. Če zelenjavo predolgo namakate ali kuhate, uničite večino koristnih snovi v njej, v smoothiju pa je zelenjava surova. Poleg tega so zeleni smoothiji bolj zdravi kot sadni ali zelenjavni sokovi, saj vsebujejo tudi vlaknine.

Marsikomu okus zelenih listov ne ustreza, v smoothie-jih pa jih lahko okusno skombiniramo s sadjem. Pomembno pa je, da uporabljamo ekološko pridelano sadje in zelenjavo, saj ni obremenjena s škodljivimi pesticidi, ki jih v nasprotnem primeru lahko zaužijemo. [Več...](#)

Priporočamo branje knjige Victorie Boutenko "Zeleno za življenje", ki razkriva, zakaj je »zeleno« dobro za življenje.

Vabljeni na DAN V ZELENEM z Marijo Merljak!

V soboto, 25. aprila 2015, nas najdete med 8.00 in 13.00 uro na dogodku DAN V ZELENEM z Marijo Merljak v Mercatorjevem Hipermarketu Šiška. Med drugim se boste lahko družili tudi z našo [Zletniško ekološko kmetijo Uraniek "Pri Baronu"](#) in [Hiško zelišč](#). [Več...](#)

Vabljeni na ekološko tržnico v Mariboru, v [Zelena točka](#) ali v [spletno trgovino](#), kjer vas čaka pestra ponudba ekoloških dobrot s slovenskih kmetij.



PO OKUSNI EKO SMOOTHIE V ZELENO TOČKO!

Za zdravo malico nam včasih zmanjka časa. Zato smo tukaj mi. Pripravljamo okusne smoothie-je iz ekoloških sestavin, ki vas čakajo v trgovini [Zelena točka](#) v Ljubljani in Murski Soboti. Pridite po vitamine k nam!

KUHARSKI NAMIG

SMOOTHIE ZELENİ ČISTILEC

Kombinacij za pripravo smoothie-jev je neskončno. Za vas smo pripravili naslednji [recept...](#)



KJE DO EKOLOŠKIH ŽIVIL?



Zelena točka Ljubljana (Citypark) | Šmartinska 152G, Ljubljana
Tel: 08 205 66 93 | E-pošta: lj@zelena-tocka.si

Zelena točka Murska Sobota (BTC) | Nemčavci 1D, Murska Sobota
Tel: 059 92 67 77 | E-pošta: ms@zelena-tocka.si



NAROČITE EKO IN DRUGE SLOVENSKE IZDELKE NA DOM

Izbirate lahko med pestro izbiro ekoloških pridelkov in izdelkov. Naročila za dostavo v petek v Mursko Soboto, Maribor, Celje in Ljubljano sprejemamo vsak teden vključno do SREDE (do 24.00 ure). Pohitite in oddajte naročilo!



PREVZEMITE IZDELKE NA VAM NAJBLIŽJI LOKACIJI

Naročene pridelke in izdelke lahko preko storitve "NAKUP V OBLAKU" enkrat tedensko prevzamete na vam [najbližji lokaciji](#).

Ekološke kmetije



EKO PORTAL

Na EKO portalu najdete kontakte EKO pridelovalcev in mobilno aplikacijo za iskanje lokacij ekoloških kmetij. Prav tako vabljeni, da na EKO portalu vpišete svojo [ekološko kmetijo](#).

Ekološke tržnice

Ekološka tržnica Maribor

Glavni trg, Maribor
Vsak petek od 9.00 do 12.00 ure

Partnersko kmetovanje Maribor

dvorišče KGZS Zavod MB, Vinarska 14
Vsak četrtek od 16.00 do 17.00 ure

Ekološka tržnica Europark Maribor

Vsako sredo od 14.00 do 19.00 ure



Spremljaj novice na FB www.eko-podezelje.si

