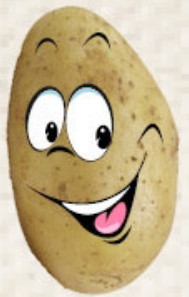


ERDÄPFEL...



81 % DER Ö ERDÄPFEL WERDEN IN NÖ ANGEBAUT

... machen lange satt

Kalte Erdäpfel haben weniger Kohlenhydrate als heiße, da sich beim Abkühlen die Struktur der Stärke verändert



senken
den Blutdruck

bekämpfen
Erkältungsanzeichen

... tun uns gut

Der basisch wirkende Erdäpfelsaft ist ein Hausmittel gegen Magenbeschwerden und Sodbrennen



... haben viele Vitamine

Sie enthalten etwa so viel Vitamin C wie Äpfel, und werden auch als Zitrone des Nordens genannt.



... haben wenig Fett

Gekochte Erdäpfel enthalten weniger Kalorien als Nudeln oder Reis



... schmecken uns

pro Kopf Verbrauch pro Jahr
liegt bei ca. 50 kg



Verlass di drauf!