



Superfood Grünkohl

Die Palme des Nordens ist eine Vitaminbombe

Die Ernte des deutschen Superfoods hat begonnen! Bis März ist Grünkohl der Superheld auf deutschen Tellern.

Und das hat viele gute Gründe: Neben seinem köstlichen Geschmack liefert Grünkohl mehr Vitamin C als eine Zitrone. Dank seiner krebshemmenden Eigenschaften und seinem hohen Protein- und Eisengehalt macht er seinem Ruf als Superfood alle Ehre und lässt uns Exoten aus fernen Ländern vergessen. Als Hochburg des Grünkohls gilt der Norden Deutschlands.

Inzwischen weiß aber auch das ganze Land die Vitaminbombe zu schätzen. Wegen seiner kräuseligen Blätter, die in sternform aus dem Boden sprießen, taufen die Norddeutschen ihren geliebten Kohl „Palme des Nordens“.

Good to know, Grünkohl!



- ✓ Echtes Nährstoffwunder unter den Kohlsorten
- ✓ Mehr Vitamin C als eine Zitrone
- ✓ 3x so viel Protein- und 4x so viel Eisengehalt wie Weißkohl
- ✓ Hat krebshemmende Eigenschaften
- ✓ Für alle, die nicht warten wollen: Grünkohl ist dank iglo das ganze Jahr im TK verfügbar

Die regional angebaute „Palme“ hegen und pflegen rund 120 Vertragslandwirte rund um das iglo-Gemüsewerk im westfälischen Münsterland. Direkt nach der Ernte wird der Grünkohl schockgefrostet und so werden all seine Superkräfte eingeschlossen. Knackig und erntefrisch landet er dann im heimischen Topf.

Dort geht es dann gerne deftig einher. Aber wie wäre es zum Beispiel mal mit einer echt genialen Garnelen-Variation des Klassikers? Zusammen mit „Palmen“-Pesto schmeckts, als würde man unter einer liegen.



Linguine mit Grünkohl-Pesto und Garnelen



iglo Grünkohl
UVP: 1,79 Euro
600 Gramm

Download
Bild- und Textmaterial

Für weitere Informationen wenden Sie sich gern an:

Marlene Munsch
iglo Deutschland
+49 40 18 02 49 - 334
marlene.munsch@iglo.com

Janka Jungclaus
segmenta communications GmbH
+49 172 84 80 398
iglo@segmenta.de