

Petra weiß, was kommt

April 2019

petra

21 WOHN-TRENDS

Von Senfgelb bis Slow Living:
So fühlen wir uns zu Hause wohl

Das Make-up der Models

Beauty-Looks vom Laufsteg nachschminken

Brie Larson

EXKLUSIV
Wie Hollywoods neue Superheldin Herzen erobert

Nie mehr verbiegen!

Fünf Frauen, die ihr wahres Ich gefunden haben

Wild auf Wiese

Salate & Süßes mit Blüten und Blättern

Meine neuen It-Pieces

107 heiße Accessoires: Schuhe, Taschen, Schmuck
Verpassen Sie jedem Outfit ein **Mode-Upgrade**
Lieblinge: Mules, Creolen, Turnbeutel, Sportbrillen



Deutschland 2,90 €
Österreich 3,10 € / Schweiz 5,60 SFR
Benelux 3,50 €

Alles fließt

Gesünder trinken:
DURSTLÖSCHER mit
MEHRWERT

SAFTIG

Bio aus
100% Obst
und Gemüse.

Big Smile,
über [from
austria.de](http://fromaustria.de),
200 ml,
ca. 1,80 €



IMMUN

Beauty-Drink-
mit Grapefruit-
geschmack.

**Vitamin
Well Care**,
über [trink-
gesund.de](http://trinkgesund.de),
ca. 1,80 €



ENERGISCH

Mit entzün-
dungshemmen-
dem Curcumin.

**Organic
Human**, über
veganfitness.de,
ca. 1,60 €



SPRITZIG

Kalorienredu-
zierter Apfel-
Cider aus
Deutschland

**Katlen-
burger**, über
bargross.de,
ca. 1,70 €



EXOTISCH

Milchalter-
native ohne
Zuckerzusatz
aus Kokos.

Niik, ab Mitte
März über
mymuesli.de,
ca. 3 €



Besser kann man kaum „Danke“ sagen für eine Einladung bei Freunden oder lieben Bekannten als mit dem gleichnamigen Buch. Carmen Sandmann hat darin aus zig Kochbüchern, Zeitschriften und Familienrezepten ihre 100 Favoriten „gecovert“ und mit neuen Ideen gewürzt. Nudeln, Salate, Suppen, Frühstück, Hauptgerichte und Desserts: raffiniert, gut erklärt, leicht nachzumachen. Mit drei Lesebändchen, um das, was als nächstes ausprobiert werden soll, schnell wiederzufinden. Es schadet aber auch nicht, es immer wieder von vorne bis hinten durchzublättern, denn an den ungewöhnlichen Rezeptbildern



kann man sich nicht sattsehen. *Danke*, 278 S., 29,95 €, diebuechermacher.de

Leben ~~News~~

Verschärfte Rezepte

Ein Kochbuch wie ein Mixtape:
Mit viel **HERZBLUT UND HITS**
in besonderen Versionen



FIX FERTIG

Packung auf, ab in die Bowl, Wasser drauf, umrühren. **Frau Ultrafrisch** lässt nichts in die Tüte, was nicht natürlich, bio und gesund ist. Ihre **Expresskost** schmeckt und sorgt für ein gutes Gewissen. Ca. 2 €. Ab sofort in vielen Supermärkten und online unter ultrafrisch.de



Lass uns würfeln

Für perfekt dosierte **KÄLTE** im Glas

Mit dem können wir schon mal fürs nächste Sonnenpicknick üben: Der mit Wasser befüllte Kunststoffbehälter **ICEBREAKER** ist im Tiefkühlfach in jeder Position auslaufsicher und lässt nach acht Stunden ohne Kraftakt formschöne Eiswürfel ins Glas. Und wenn die Temperaturen endlich wieder steigen, funktioniert er unterwegs auch noch als Kühlakku. „Icebreaker“, 45 €, über coolstuff.de

