

Kombination

Lebensmittel- kombinationen

1

Reihenfolge

- Rohes vor Gekochtem
- Wasserhaltiges vor Trockenem
- Leicht- vor Schwerverdaulichem
- Mono vor Durcheinander

2

Blattgrün
passt zu allen
Lebensmitteln

Günstige Kombinationen

3

