

LIEBE LESERIN, LIEBER LESER 7

---

# **Detox mit dem Thermomix**

DETOX IM ALLTAG? GANZ EINFACH MIT DEM THERMOMIX! 10  
DETOX AT HOME 12

---

## **Die Rezepte**

SUPERFOOD-SMOOTHIES 26  
POWER-SUPPEN UND GESUNDES GEMÜSE 48

---

## **Extras**

DIE TOP TEN DER DETOX-SUPERFOODS 18  
SMOOTHIES – DIE BESTEN TIPPS & TRICKS 28  
DIE BESTEN DETOX-GETRÄNKE 46  
GESUNDES BLATTGRÜN 84

DETOX-SALATE 70  
REZEPT- UND ZUTATENVERZEICHNIS 96

---