



**SCHNELL UND STYLISH**

Fast Food geht auch anders: Im Restaurant „Nat“ in Hamburg (Heuberg 1) wird Bio-Küche schnell und frisch zubereitet. Weitere Standorte sind in Planung. [www.natbio.com](http://www.natbio.com)

**SANFT UND SÜSS**

Keine Farbe, keine Chemie, nur Obst: die Bio-Smoothies von FruchtBar. Um 2,70 €. [www.jufico.de](http://www.jufico.de)



**Bio-Stunde**

Welche Inhaltsstoffe verstecken sich im Essen? Ist bio wirklich bio? Das überprüfen die „Essensretter“ von [www.foodwatch.de](http://www.foodwatch.de). Sie sind auf den Geschmack gekommen? Alles, was man über Aromastoffe und Geschmacksverstärker wissen muss, präsentiert auch das **Deutsche Zusatzstoffmuseum**, Bankstr. 28, Hamburg. Infos: [www.zusatzstoffmuseum.de](http://www.zusatzstoffmuseum.de)



**GRÜN UND REIN**

Bei Seasons Tea kommt nur naturreiner und dann auf natürlichem Wege veredelter Tee in die Tüte. 200 g „Matcha Smoothie Mix“, um 29,90 €. Über [www.seasonstea.com](http://www.seasonstea.com)

**TÜTEN UND TASSEN**

Frauen verbrauchen weniger Energie als Männer, so eine schwedische Studie. Der Beweis: Julia Roberts. Sie achtet darauf, möglichst wenig Müll zu erzeugen. Plastiktüten bringt sie zurück, für den Coffee to go benutzt sie mitgebrachte Becher.

**Testen Sie Ihren Öko-Faktor!**

In den Urlaub fliegen, Auto fahren, die Wohnung heizen – unser Lifestyle ist nicht gerade klimafreundlich. Wollen Sie wissen, wie viel CO<sub>2</sub> Sie pro Jahr produzieren? Unter [www.greenpeace.klima-aktiv.com](http://www.greenpeace.klima-aktiv.com) können Sie Ihren CO<sub>2</sub>-Fußabdruck ganz leicht berechnen. Und Tipps,

wie Sie den Ausstoss verringern können, gibt's gleich dazu. Fortgeschrittene können sich dann im Web-2.0-Portal [www.carbonrally.com](http://www.carbonrally.com) mit anderen Usern aus aller Welt austauschen – und gegeneinander im Energiesparen antreten.

