

# 7-Tage Mix Saftkur

## FÜR MEHR ABWECHSLUNG

Wer sich zwischen Gemüse und Klassik nicht entscheiden kann, greift einfach zu der 7-Tage-Mix-Saftkur von Kale&Me. Hier erhältst du eine bunte Mischung an Sorten und kannst somit deine Ernährungsumstellung mit mehr Variation beginnen. Wähle die 7-Tage-Mix-Saftkur für einen perfekten Mix aus Gemüse und Obst und mehr Abwechslung in deinem Fastenerlebnis.

Indem du alle 2 Stunden einen der 6 Säfte genießt, gewährst du deinem Körper eine wohlverdiente Auszeit und stärkst die Verbindung zu dir selbst. Neben der mentalen Pause passt sich auch dein Körper der Saftkur an: So wird beispielsweise das körpereigene Recyclingprogramm der Zellen – die Autophagie – angekurbelt. Der große Vorteil einer Saftkur gegenüber anderen Fastenarten ist der, dass durch die Säfte regelmäßig Energie zugeführt wird, wodurch Saftfasten optimal im Alltag durchgeführt werden kann. Die Säfte liefern zusätzlich noch einige wichtige Nährstoffe.

Du bist dir unsicher, welche Saftkur für 7 Tage die Richtige für dich ist? Mache unser [Produkt-Quiz!](#)

[Zum Produkt](#)

## Nährwerte

### Pro 100 g

|                |                |
|----------------|----------------|
| Brennwert kJ   | 2286 - 2906 kJ |
| Brennwert kcal | 544 - 685 kcal |