



Mysleli jste si, že veganská jídla musí být nudná a bez chuti? Z omylu vás vyvedou skvělé novinky francouzského pekařství PAUL. Čistě rostlinné dobroty tu připravují s velkou dávkou fantazie a chutnají tak skvěle, že je veganům budou závidět i jejich „masožraví“ přátelé.

Mysleli jste si, že veganská jídla musí být nudná a bez chuti? Z omylu vás vyvedou skvělé novinky francouzského pekařství PAUL. Čistě rostlinné dobroty tu připravují s velkou dávkou fantazie a chutnají tak skvěle, že je veganům budou závidět i jejich „masožraví“ přátelé.

Důvody, proč přestat jíst živočišné produkty, mohou být různé. Etické i zdravotní. Možná jste se rozhodli jen odlehčit svůj jídelníček a jíst více zeleniny a ovoce. Doma si stravu upravíte snadno, horší to bývá v práci nebo na cestách. Nechcete jíst v restauraci jen saláty? Zajděte si do některé z 20 poboček pekařství **PAUL** a možná budete opravdu překvapeni, co zde pro vegetariány a vegany dokázali vykouzlit.

## Snídaně je základ

Pokud je pro vás snídaně základem úspěšného dne, jste v pekařství PAUL správně. Energii vám dodá veganský **Chia desert** s malinami, jahodami a borůvkami. Odměňte se lahodnou kombinací chia semínek, jemných vloček, kokosového pyré a mandlového mléka s čerstvým ovocem!

## Zasytí i ty největší jedlíky

Častým předsudkem je, že veganská strava je „hladová“, tedy, že se vlastně nikdy pořádně nenajíte. Pokud si to myslíte i vy, ještě jste neochutnali vydatný **Vegan sendvič** s veganskými párky. Křupavou zeleninou a čerstvé bylinky doplňuje sýr a la cheddar, samozřejmě veganský. O správný říz a zajímavou chuť se postará majonéza s wasabi a česnekové klíčky.

Nemáte rádi pečivo? Vyzkoušejte tedy **Veganskou poke bowl** v asijském stylu, která je lahodnou a vyváženou kombinací pravé sushi rýže, veganských „masových“ kuliček, edamame bobů a zeleniny. Pestrá variace čerstvé zeleniny bude lahodit nejen vašemu žaludku, ale také očím



### **Jednodušší to být nemůže**

Jestliže se vyhýbáte jakýmkoli živočišným produktům, orientaci Vám usnadní mezinárodní označení pro vegan potraviny – symbol lístku. Budete mít jistotu, že tyto výrobky pekařství PAUL neobsahují maso, ale ani vejce nebo mléko. Všechny použité suroviny jsou čistě rostlinného původu. Takto označené produkty jsou vhodné také pro zákazníky s intolerancí laktózy nebo mléčné bílkoviny. Vzhledem k absenci živočišných tuků je ocení i lidé, kteří si hlídají hladinu cholesterolu.

**Veganské výrobky budou v nabídce pekařství PAUL od 31. 5. 2022.**

[paul-cz.com](http://paul-cz.com)