

Rapunzel Frühstücksbreie

Utopia Produkttest | Testleitfaden



Trommelwirbel...

Herzlichen Glückwunsch!

Du wurdest als Produkttester für die Frühstücksbreie von Rapunzel ausgewählt!

Wir freuen uns, dass du dabei bist!

Im ersten Step erhältst du das Testpaket. Darin findest du die **drei verschiedenen Frühstücksbreie von Rapunzel in Originalgröße für dich** und eine weitere Packung **für einen Freund oder Freundin zum Verschenken**. Zusätzlich findest du in deinem Paket noch **Probierproben** der veganen Nuss-Nougat-Creme **bionella, Samba Dark** sowie des süßen Brotaufstrichs **Kokos-Mandel-Creme**.

Dann kann es auch schon bald losgehen mit dem Testen.

Bevor du jedoch startest, lies dir bitte diesen Testleitfaden genau durch. Er informiert dich über den **genauen Ablauf** der Aktion, versorgt dich mit **Wissenswertem zum Produkt** und weiteren wichtigen Infos.

Bei Fragen melde dich einfach bei uns!
Und last but not least: Viel Spaß!

Viele Grüße,
Valerie vom Utopia-Team



Rapunzel Produkttest

Dein Testleitfaden: Überblick

Wissenswertes zum Testablauf

1. Testen
2. Weitersagen & Verschenken
3. Abschlussumfrage

- *Rapunzel: Vision & Herstellung*
- *Wissenswertes zum perfekten Frühstück und den Rapunzel Frühstücksbreien*
- *100% beste Bio-Qualität bei Rapunzel*



Testablauf

Wie es jetzt weiter geht

Egal, ob dies deine erste Aktion mit Utopia ist, oder ob du schon bei einer unserer Aktionen mitgemacht hast – uns ist wichtig, alles transparent und offen zu halten und dich ausreichend über die gesamte Aktion und die einzelnen Schritte zu informieren.

Die Aktion ist eigentlich ganz einfach erklärt:

1. Wenn die Frühstücksbreie von Rapunzel bei dir zu Hause angekommen sind, solltest du sie erst einmal in Ruhe probieren.
2. Nachdem du dir eine Meinung über die verschiedenen Sorten gebildet hast, darfst du gerne deinen Favoriten auf Facebook, Instagram & Co. mit deinen Freunde teilen. Danach ist es auch schon an der Zeit, die weitere Packung an einen Freund oder eine Freundin zu verschenken und ihr/ihm von der Aktion zu erzählen.
3. Abschließend schicken wir dir dann noch per Mail eine Umfrage zum Ausfüllen zu.



1. Schritt

Ausprobieren

Die drei Frühstücksbreie von Rapunzel in Originalgröße sollte in den nächsten Tagen per Post bei dir eintreffen. In dem Paket findest du ein weiteres Produkt zum Verschenken an einen Freund oder eine Freundin. Das Ausprobieren der Produkte ist der erste Schritt unserer Aktion. Toll wäre, wenn du davon **Fotos oder Videos machst und diese später auf deiner Facebook- oder Instagram-Seite postest.**

Wir freuen uns, wenn du uns in deinem Beitrag verlinkst.

Facebook: @utopia, @Rapunzel Naturkost

Instagram: @utopia.de, @rapunzel_naturkost

Während du die drei Frühstücksbreie ausprobierst, interessieren wir uns besonders für die folgenden Fragen und Aspekte:

Geschmack, Zubereitung und Befinden

- Wann hast du am liebsten die Breie Ayurveda, Basis und Sportler gegessen - in welcher Situation?
- Welcher der drei Breie hat dir persönlich am besten geschmeckt?
- Wie gut lassen sich die Frühstücksbreie zubereiten?
- Wie ging es dir, nachdem du einen der Breie gegessen hast? Warst du lange satt?
- Wie bewertest du die Zutaten der Frühstücksbreie?



Mache ein Foto und teile es in den sozialen Netzwerken. So können sich andere User ein besseres Bild machen!



Ausprobieren

1

2. Schritt

Weitersagen & Verschenken

Weitersagen

»Tu Gutes und sprich darüber«, sagt ein altes Sprichwort. Wir finden, dass gute Produkte und Aktionen auch bekanntgemacht werden müssen. Wenn du also von den Produkten überzeugt bist oder dir unsere Aktion gefällt, dann erzähle deinen Freunden davon und teile deine Fotos, Videos oder Blogbeiträge in den sozialen Netzwerken!

Verschenken

Das Tolle an dieser Aktion ist (wie wir finden), dass wir dir zusätzlich zu deinen drei Testprodukt eine Sorte in dein Paket packen, das du nach Herzenslaune an einen Freund oder eine Freundin verschenken kannst. Denn wenn ein Produkt gut ist, sollten möglichst viele davon erfahren und es selbst ausprobieren können!

Wir sind schon gespannt darauf, welcher Frühstücksbrei von Rapunzel dir am besten schmeckt!



*Zusammen macht
alles mehr Spaß,
deswegen bekommst
du ein weiteres
Produkt zum
Verschenken!*

3. Schritt

Abschlussumfrage

Zum Schluss schicken wir dir eine **digitale Abschlussumfrage** zu und bitten dich, diese auszufüllen. Das dient zum Einen dazu, unsere künftigen Aktionen noch zu verbessern. Es soll aber insbesondere Rapunzel bei der weiteren Produktentwicklung helfen.

Deswegen ist uns auch hier deine ehrliche Meinung besonders wichtig!

Wir haben keine Angst vor konstruktiver Kritik. Wenn du für den Ablauf der Aktion Verbesserungsvorschläge hast, dann solltest du uns das auch unbedingt in der Abschlussumfrage mitteilen! Genauso soll Gutes aber auch gelobt werden.

Ganz simpel gesagt: Bleib einfach immer ehrlich beim beantworten der Umfrage.

Wir versprechen dir schon jetzt: Das Ausfüllen wird nicht lange dauern.



Wir wollen von dir lernen und bitten dich, unsere Abschlussumfrage nach dem Projekt ehrlich zu beantworten.

Rapunzel Naturkost – wir machen Bio aus Liebe

Vision & Herstellung

Die märchenhafte Geschichte begann 1974 ganz klein. Joseph Wilhelm und Jennifer Vermeulen gründeten einen Selbstversorger-Hof nahe Augsburg. Daraus ist einer der führenden Bio-Hersteller in Europa geworden: **Rapunzel Naturkost**.

Auch wenn sich die Dimensionen verändert haben, die Ideale und Ziele sind dieselben geblieben: kontrolliert biologische, naturbelassene und nachhaltige Lebensmittel herzustellen – **für eine bessere Welt**.

Nussmuse, Müsli, Öle und viele andere der rund 550 Produkte stellt Rapunzel mit größter Sorgfalt und Liebe sowie über 40 Jahre Erfahrung selbst im Allgäu her – so auch die **Frühstücksbreie Ayurveda, Basis und Sportler**.

Die **Rohstoffe für die beste Bio-Qualität** bezieht der Naturkosthersteller aus der ganzen Welt direkt von langjährigen Anbaupartnern. Eine Wertschöpfungskette, bei der alle eine Chance auf ein faires und gesundes Leben haben, war für den Bio-Pionier von Anfang an der Grundstein.

Bio nach Rapunzel Kriterien ist fair, nachhaltig und nimmt Rücksicht auf Boden, Umwelt, Mensch und Tier – auf unsere Erde.



Rapunzel Gründer Joseph Wilhelm damals beim Brotbacken.



Frühstücksbreie von Rapunzel

Das perfekte Frühstück

Genieße die erste Mahlzeit des Tages **in Ruhe, ausgewogen, abwechslungsreich und lecker!**
So bist du den Herausforderungen des Alltags gewachsen und fühlst dich rundum wohl!

Das perfekte Frühstück enthält vier Komponenten:

- Flüssigkeit, wie Tee oder Saftschorle
- Energie durch Kohlenhydrate aus vollwertigem Getreide
- Vitamine aus Obst oder Gemüse
- Eiweiß aus Milch, Joghurt, Pflanzenmilch etc.

Zwischen **5 und 11 Uhr morgens** sind nach der Organuhr in der Traditionellen Chinesischen Medizin unsere Verdauungsorgane besonders aktiv und können in diesem Zeitraum ihre Aufgabe am besten wahrnehmen. Unsere Nahrung wird besonders effizient in Energie umgewandelt und unser Körper kaum belastet. Besonders empfohlen wird ein **warmes Frühstück**, da es **leicht verdaulich und bekömmlich** ist.



Ruck-zuck ohne kochen zubereitet: Einfach mit heißer (Pflanzen-) Milch oder Wasser übergießen, kurz quellen lassen und genießen!

Frühstücksbreie von Rapunzel

Das perfekte Frühstück

Ein gutes Frühstück gibt uns das Rüstzeug für einen erfolgreichen Tag:
Es fördert die Konzentration, spendet langanhaltend Energie, sorgt für gute Laune und macht stressresistent.

Was die Rapunzel Frühstücksbreie so wertvoll macht:

- hochwertige, komplexe Kohlenhydrate mit hoher Nährstoffdichte halten lange satt und sorgen für einen stabilen Blutzuckerspiegel (niedriger Glykämischer Index)
- gesunde Ballaststoffe fördern die Sättigung und sind gut für die Verdauung
- wertvolles pflanzliches Eiweiß unentbehrlicher Baustein für Zellen, Muskeln und Gewebe
- wichtige Mineralstoffe, Spurenelemente und Vitamine die essentiellen Nährstoffe für wichtige Körperfunktionen

Mehr zum Produkt findest du hier: www.rapunzel.de/muesli



Frühstücksbreie von Rapunzel

Entdecke die köstliche Vielfalt:

Frühstücksbrei Basis:

Zarte Haferflocken, aromatische Mandelstückchen, Sonnenblumenkerne und gerösteter Sesam, fein abgerundet mit echter Bourbon Vanille, machen diesen Brei zu einem echten **Wohlfühl-Frühstück!**

Beta-Glucane aus hochwertigen Getreideballaststoffen des Hafers haben einen positiven und stabilisierenden Effekt auf den Blutcholesterinwert. Sie wirken stark sättigend, präbiotisch und fördern eine gesunde Darmflora.

Das Power-Plus: sehr gute Proteinkombination aus Getreide und Ölsaaten, viele wichtige Mineralstoffe wie Eisen, Kalium, Calcium, Magnesium, Zink und reichlich Vitamin B1, B2, B6, Vitamin E, Pantothensäure und Folsäure.



Frühstücksbreie von Rapunzel

Entdecke die köstliche Vielfalt:

Frühstücksbrei Ayurveda:

Ayurveda, die traditionelle indische Gesundheitslehre – das Wissen (veda) vom langen Leben (ayur). Zarte Hirse-, Gersten- und Haferflocken in Kombination mit aromatischem Kokos, fruchtiger Pflaume und **fein abgestimmten ayurvedischen Gewürzen** zaubern einen köstlichen Getreidebrei auf deinen Frühstückstisch!

Laut der ayurvedischen Lehre soll unabhängig vom eigenen vorherrschenden Dosha (der Bio-Energie Vata, Pitta oder Kapha) jede Mahlzeit möglichst alle Geschmacksrichtungen süß, sauer, salzig, herb, bitter und scharf enthalten. Entsprechend wurden die Zutaten für diesen Frühstücksbrei ausgewählt.

Das Power-Plus: reich an Magnesium, Eisen, Zink und Vitamin B1. Dabei ist er durch die **aromatischen Gewürze herrlich wärmend und gut bekömmlich.**



Frühstücksbreie von Rapunzel

Entdecke die köstliche Vielfalt:

Sportler Brei:

Wissenschaftler schreiben 40%-60% des Trainingserfolges der richtigen Ernährung zu. Da kommt der Sportler Brei gerade richtig!

Doch auch für den Denksport benötigt der Körper die **richtige Energie**. Daher ist der Sportler Brei ebenso für Büroakrobaten ein wertvoller und sättigender Genuss zu jeder Tageszeit, der mit seinem **geringen Fettgehalt weder Magen noch Verdauung belastet!**

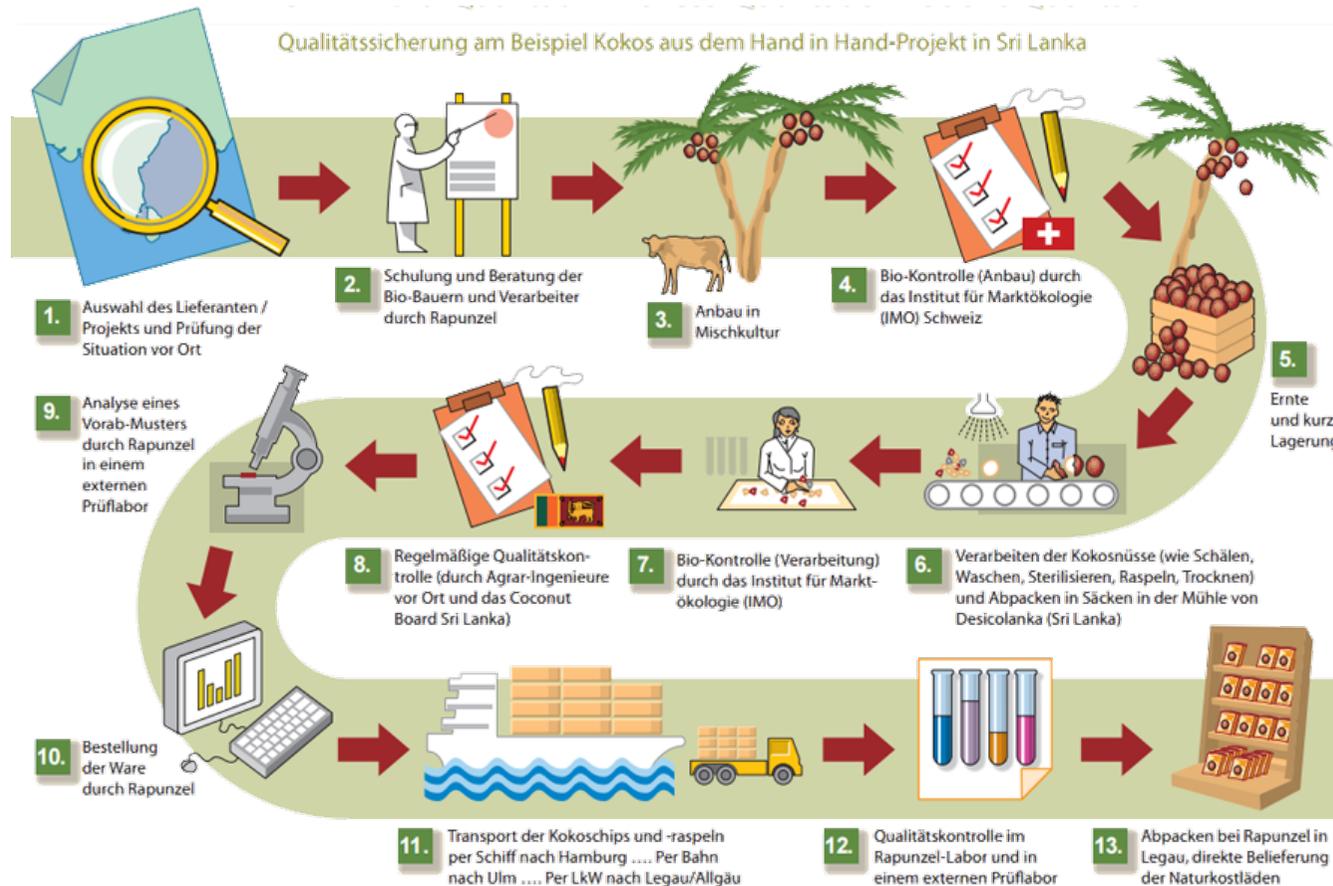
Das Power-Plus: die in Trockenfrüchten, Süßlupinen und Getreiden reichlich enthaltenen Mineralstoffe (Kalium, Magnesium), Vitamine (B1, B3, B6, Folsäure) und Spurenelemente (Eisen, Zink) gleichen Schwitzverluste aus und stellen wichtige Mikronährstoffe für Aufbau und Regeneration bereit.



Rapunzel Naturkost

100% beste Bio-Qualität

Die Qualität der Lebensmittel steht für den Bio-Pionier an erster Stelle und so steckt in allen Rapunzel Produkten 100% beste, kontrollierte Bio-Qualität.



Dein Ansprechpartner

Bei Fragen bin ich für dich da:

Utopia Kontakt:

Valerie Ramm

E-Mail: valerie.ramm@utopia.de

Telefon: 089 | 990 196-38

Viel Spaß beim Testen!

