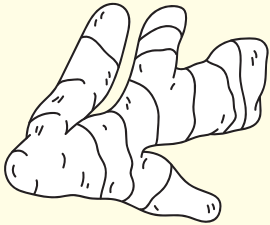
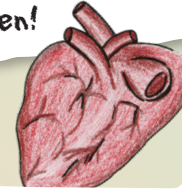
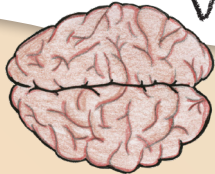


# So erstaunlich und wunderbar

Dass Obst, Gemüse und Nüsse für uns gesund sind, das ist nichts Neues. Aber wenn man sich einige Sorten genauer anschaut, bemerkt man eine erstaunliche Ähnlichkeit zu den menschlichen Organen. Das ist bestimmt kein Zufall, sondern Gottes wunderbarer Plan.

Viel Spaß beim Entdecken und Ausmalen!

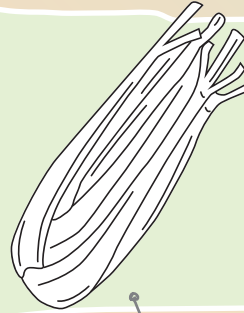


Die Ähnlichkeit zum Gehirn ist nicht zu übersehen.



Ingwer enthält verdauungsfördernde und kreislaufanregende Stoffe wie Borneol und Cineol. Außerdem ist Vitamin C, Eisen, Magnesium, Calcium, Kalium, Phosphor und Natrium enthalten.

Walnüsse enthalten Omega-3-Fettsäuren. Unter diesen Fettsäuren ist auch die Linolensäure. Diese sorgt dafür, dass sich Gehirnzellen besser miteinander vernetzen.



Sellerie enthält viele gesunde Nährstoffe: Unter anderem Kalium, Kalzium, Natrium und Magnesium. Diese Nährstoffe sind wichtig für die Knochen, Muskeln und Gelenke.

Tomaten haben auch mehrere Kammern, wie das Herz.



Tomaten haben Inhaltsstoffe, die das Herz und den Kreislauf stärken. Dazu trägt auch der rote Farbstoff in der Tomate bei, Lycopin. Er ist gut für unsere Arterien.



Eine Karottenscheibe ähnelt stark dem Auge.

Karotten sind gut für die Augen. Sie enthalten viel Beta Karotin. Dieser Stoff wird im Körper zu Vitamin A umgewandelt. Und dieses Vitamin ist gut für die Augen.