

Liebe geht durch den Magen



Flirten, Liebe & Co.: Alexandra Rampitsch lädt im Internet zu einer kulinarischen Liebesreise.

■ (pemö). Die Ernährungsberaterin Alexandra Rampitsch entführt ihre Teilnehmerinnen von 7. bis 13. Februar zu einer kulinarischen Liebesreise via e-Seminar. „Wir wandern vom Kennenlernen zum ersten Date, lassen uns im Liebesrausch fallen und stärken uns, wenn wir Liebeskummer haben“, macht sie Lust auf mehr.

Mehr Pepp für die Liebe

Die Preblerin betreibt in Wolfsberg die Ernährungsberatung „Apfelbaum“. „Und wenn es nicht mehr so prickelt, dann wissen wir uns auch hier zu helfen und bringen ein bisschen Würze in unser Liebespiel.“

Dabei verbindet sie die westliche Ernährungslehre, die auf die Stoffwechsellagen spezialisiert ist, mit der Traditionellen chinesischen Medizin (TCM).

Besonders weibliche Themen wie Regelschmerzen, Kinderwunsch oder Wunschgewicht liegen ihr am Herzen. Im e-Seminar „Liebe“ erwartet die Teilnehmerinnen pro Einheit ein Impuls samt mehreren Rezepten. „Die TCM sagt zum Beispiel, dass wir genug Körpersäfte brauchen. Das lässt sich

auch auf das Liebesleben ummünzen“, schmunzelt sie. Deshalb steht einmal „Süßreis mit Liebesbeeren“ am Speiseplan. „Dunkle Beeren sind blutaufbauend, Vanille stärkt die Mitte und Kokosraspeln machen erotisch.“ Und wenn es in der Liebe nicht so richtig klappt? „Dann empfehle ich ein liebliches Hühnercurry.“ Warum? „Kokosmilch schmeichelt der Seele, Ingwer bringt Feuer ins Geschehen und Tomaten wirken bei Ärger abkühlend.“

ZUR SACHE: WIE EIN E-SEMINAR FUNKTIONIERT

Ein e-Seminar

findet via E-Mail und Facebook statt, ist weder an einen Ort noch an bestimmte Zeiten gebunden, hat aber dennoch bestimm-

te Fixpunkte. Jeder Teilnehmer erhält die Unterlagen per E-Mail, danach kann in einer geschützten Facebook-Gruppe diskutiert werden.

Das e-Seminar, das

sich nur an Frauen richtet, kostet 22 Euro. Anmeldung: an alex.rampitsch@apfelbaum.cc. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Egal ob Liebeshoch oder Liebestief: Im e-Seminar „Liebe“ vermittelt Alexandra Rampitsch einige interessante Rezepte

Foto: KK