

# Food

F U O R J U I H Y N S U O Q G U D A L A G Q H I  
C J C I I K A F I V V K S B G W H Y J W W P W H  
G B Q V V V P A O A W K U R S C X V N C N W R C  
J L M T A E R S E K J S H R U K S L H S N W N M  
I A U K B G D G J N V U R B U W M I K O Q W K I  
F N P I E Q U S Q O C L M N O I A Y G E I A S K  
P F O L H J H U E R O O G W P S H J B O F W S O  
T N O P R Z F Z E L K S Q X E F M E F F Q I M M  
Z H K J Q N L F B E P K P E Q B D M O V M F R P  
W L T Q S Y D R W E K P D P I Z D C N T Q B I U  
M A T J L E Q N V B H M A R L P Z F O U L Q P E  
K I J C Y X Y X H V O Y O G U R T L E A N Q G K  
C K P P T H C H U D X N H I J Y Y T X R S G I S  
K J O M O F V S J B N C E T D A F D X K V I J P  
S A W M V Z S A L M O N Q B K L U H N R P R Q I  
H J Y C U X N X B F X B X Q R G B L R E G N I G  
O Z M E K G D Q T G U L S J X O P U C U C H R Q  
B M Q L Z E H P M E T K E V B A T A B A D C U D  
F G R E E N T E A P Y G W N W U C H H S W T B M  
N R O Y Z U K B C K Y K B V N O J V U A M H J M  
N X I E H V L P O J L V Z T P E E S F K Q Q V G  
S P K V V T O O R T E E B Y Y B F D R S J G G O  
N V U Q G C V I F W Q D J Z M V A E H I E S P I  
E H Q L K F U J G U Q Q G A C L Q W O C J R I V

sauerkraut  
beetroot  
chiaseed  
ginger  
salmon

wholegrain  
kombucha  
temppe  
apples  
yogurt

bonebroth  
greentea  
kimchi  
fennel  
kefir