

The ketogenic diet

Die ketogene Ernährung



Jake Tarantino

©KETOLUCK COMPANY by Jake Tarantino. All rights reserved.

www.ketoluck.com
info@ketoluck.com

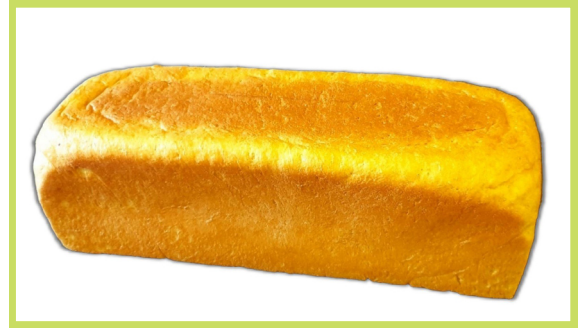
SUNSHINE TOAST / SONNENSCHNITTEN TOASTBROT

The KETOLUCK SUNSHINE TOAST

is a really great game changer in your ketogenic diet. It's super tasty and you won't recognize a different to regular sandwich toast.

Additionally, it's very healthy because we use a special kind of sweet lupin flour from Australia, so, it keeps your

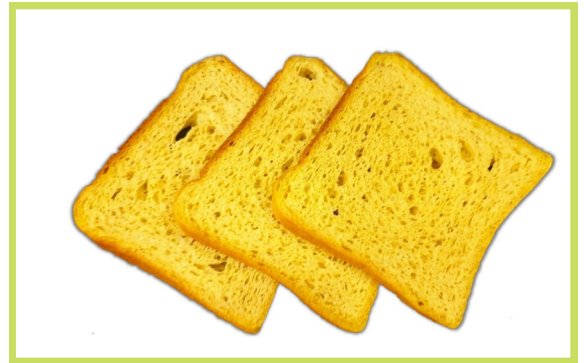
Blood sugar low and you're full longer!



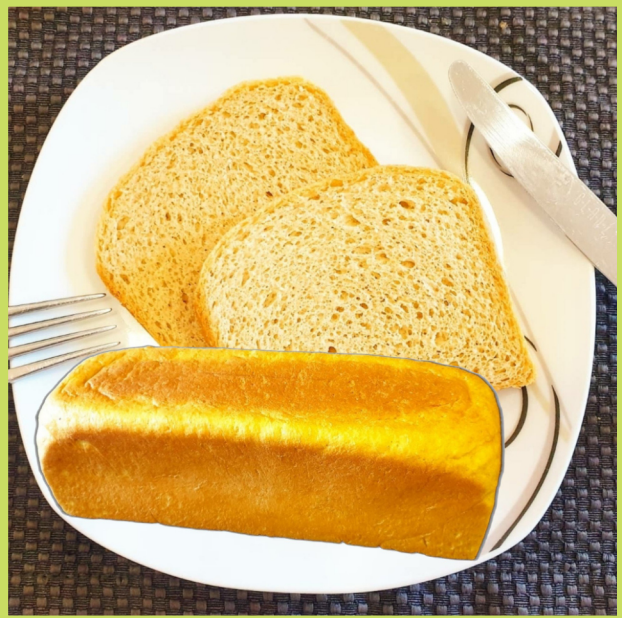
Das KETOLUCK SONNENSCHNITTEN TOAST

ist das perfekte Toastbrot in der ketogenen Ernährung! Dieses Sonnenschein Toastbrot ist wahnsinnig lecker und geschmacklich gibt es fast keinen Unterschied zum herkömmlichen Toastbrot.

Außerdem ist das Sonnenschein Toastbrot sehr gesund, da es mit einem sehr speziellen Süßlupinenmehl aus Australien hergestellt wird!



SWEET & BUTTERY TOAST / SÜßES TOASTBROT



KETOLUCK SWEET & BUTTERY TOAST

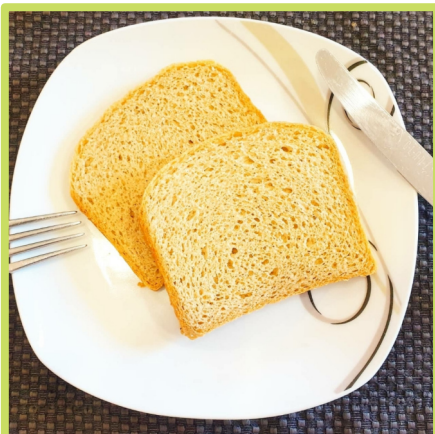
is perfect for your keto friendly breakfast. It's sweet, tastes great if you toast it and is perfect for sugar-free toppings or spreads!

It's very low in carbs (under 3% per 100g) and contains healthy organic flours!

KETOLUCK SÜßES TOASTBROT

ist das perfekte Brot für ein ketogenes Frühstück. Es ist schön süß, schmeckt auch getoastet fantastisch und ist richtig lecker mit zuckerfreiem Aufstrich!

Das Süße Toastbrot ist sehr arm an Kohlenhydraten (unter 3% auf 100g) und enthält biologische Mehle!



GRAYBREAD / GRAUBROT



🥰🥰 Our KETOLUCK GRAYBREAD is a very healthy, ultra low in carbs and tasty graybread. If you've been a serious graybread or dark bread lover, you will love this bread because there are no differences (except the nutrition value) to the regular graybread from the bakery.

It contains less than 0,5 grams of net carbs per slice, instead, it's high in protein, fiber and healthy fats!



🥰 Unser KETOLUCK GRAUBROT ist ein sehr gesundes, stark kohlenhydratarmes und leckeres Graubrot. Wer bereits in der Vergangenheit gerne Graubrot oder Schwarzbrot gegessen hat, der wird auch dieses Brot sehr mögen, denn es hat geschmacklich keinen Unterschied zum herkömmlichen Graubrot.

Das Ketoluck Graubrot enthält weniger als 0,5 Gramm Kohlenhydrate pro Scheibe, dafür aber reichlich Eiweiß, viele Ballaststoffe und gesunde Fette!

BAKING MIX / BACKMISCHUNG

🥰🥰 Do you love home baking? Great! Because we offer for every bread or toast which is available in our shop, a baking mix with easy instructions for you to make each KETOLUCK bread and toast by yourself at home!

🥰 Lust auf Backen? SUPER! Wir bieten zu dem Graubrot ab sofort eine Brotbackmischung an. Selbstverständlich mit supereinfacher Back-Anleitung. So kann man ganz einfach zu Hause dieses KETOLUCK Brot nachbacken und genießen! Weitere Brotbackmischungen der anderen Brotsorten werden in Kürze ebenfalls im Shop erhältlich sein.



GOLDEN GRAYBREAD / DAS HELLE

🥰🥰 Our KETOLUCK GOLDEN GRAYBREAD is, like our regular graybread, very low in carbs but has a nice crust.

The taste is a little bit like White bread, but without all the bad carbs and sugar. Instead, it contains good fat, protein and fiber.



🥰 Unser KETOLUCK DAS HELLE ist, wie auch unser anderes Graubrot, sehr niedrig in Kohlenhydraten und hat eine schöne Kruste.

Der Geschmack erinnert ein kleines wenig an Weißbrot, jedoch ohne die bösen Kohlenhydrate. Das Helle Graubrot enthält aber viel Eiweiß, gesunde Fette und Ballaststoffe!

THE GREEN / DAS GRÜNE



🥰 🥰 THE GREEN is a tasty bread with pumpkin seed taste. So, it tastes great with ham, salami or cheese.

It's very high in Protein and so, it's perfect for athletes as well.

🥰 DAS GRÜNE ist ein sehr leckeres Brot mit Kürbiskern-Geschmack. Deshalb schmeckt es super mit Schinken, Salami oder Käse als Belag.

Das Grüne enthält viel Eiweiß und macht es deshalb auch für Sportler sehr interessant.



GOLDEN BRIOCHE



🥰 🥰 Keto diet without a brioche? Sounds bad.... Don't worry, because we offer you a keto friendly and super tasty GOLDEN BRIOCHE! You can get it in a sweet and unsweetened version. YOU WILL LOVE IT ;)

🥰 Ketogene Diät ohne einen leckeren Brioche? Nicht bei uns! Wir haben einen unglaublich leckeren und trotzdem kohlenhydratarmen Brioche! Unser GOLDENER BRIOCHE! Erhältlich als süße und ungesüßte Variante. Die süße Variante schmeckt unglaublich gut mit kalter Butter als Belag.

FIBER COOKIES

🍪 🍪 Fiber cookies is a great keto friendly snack. High in fiber, but just 2g of net carbs per 100g! Great taste, like whole wheat cookies.

🍪 Fiber Cookies sind ein leckerer, kohlenhydratarmer Snack. Nur 2g Kohlenhydrate auf 100g, dafür aber viele Ballaststoffe! Geschmacklich wie Vollkorn Kekse. Ob zum Kaffee, als kleine Zwischenmahlzeit oder auch für unterwegs mit Kindern ein wertvoller Snack ohne Verzicht.



COOKIES / PLÄTZCHEN

🍪 🍪 The most tasty, keto friendly and healthy cookies you can ever get. Perfect for every day!

🍪 Die leckersten keto-freundlichen und gesündesten Kekse die man bekommen kann. Ideal für jeden Tag! Auch als kleiner Nachtschisch zum Kaffee empfehlenswert.



The ketogenic breakfast / Das ketogene Frühstück



Book your breakfast now! - Buche dein Frühstück jetzt!
breakfast@ketoluck.com

WINTER BUNDT CAKE / WINTERKUCHEN



👉👉 **WINTER BUNDT CAKE** is the cake for the cold winter and christmas time. It's made with gingerbread seasoning and smells like christmas.

👉 Der **WINTERKUCHEN** ist der perfekte Kuchen für die kalte Winter- und Weihnachtszeit. Er enthält Spekulatius-Gewürz und duftet nach Weihnachten. **SO LECKER!**



CACAO CAKE / SCHOKOKUCHEN



👉👉 Do you love brownies? If so, you will love our **KETOLUCK CACAO CAKE!** Low in carbs and very tasty, better as brownies. **YOU SHOULD TRY IT!**

👉 Brownies sind zwar lecker (und ungesund), aber unser **KETOLUCK SCHOKUCHEN** schmeckt viel besser und ist zudem auch noch gesund und hat nur sehr wenige Kohlenhydrate. **EINFACH GENIAL!**



BUNDT CAKE / RÜHRKUCHEN

👉👉 Try our bundt cake! Almost carb-free! But very tasty. Available in different flavors....



👉 Die leckersten Rührkuchen gibt es bei uns! Mega Lecker, fast keine Kohlenhydrate und zudem in verschiedenen Sorten erhältlich....

Specials / Spezielle Kuchen

MARZIPAN CAKE / MARZIPAN KUCHEN

🍷💖 Pretty tasty keto friendly marzipan cream cake.

Low in carbs, soft and creamy. The right cake for your sunday tea time or special occasions and events. Or just for your special moment.

🍷🍷 Sehr leckere Marzipan-Creme-Torte.

Niedrig in Kohlenhydraten, sehr soft und cremig. Der richtige Sonntags-Kuchen und für den besonderen Anlass. Oder einfach, um sich was Tolles zu gönnen.



BIRTHDAY & LOVE / GEBURTSTAG & LIEBE

🍷💖 Our berry-cream cake is perfect for a special day such as birthday, valentin's day, mother's day or anniversary. The cake base is soft and fluffy, the topping is gently sweet and soft, covered with a low sugar berry puree. SO TASTY!

🍷🍷 Unsere Beeren-Sahne-Torte für die perfekte Feier. Ob Geburtstag, Valentinstag, Hochzeitstag oder wann immer sie wollen, diese Torte ist das Highlight auf jedem Kaffeetisch. Die Verzierung kann individuell vorgenommen werden, auch Namenszüge oder Botschaften sind möglich. Die Torte hat einen leckeren Beeren-Überzug, der aber sehr gering an Fruchtzucker ist, so dass die Torte für die ketogene Ernährung optimal geeignet ist.



GERMAN X-MAS LOAF / CHRISTSTOLLEN

🇩🇪 🇩🇪 German X-mas Loaf with almonds, marzipan and orange peel. Perfect for your christmas time. Made by our own recipe for ketogenic German X-mas loaf. Keto friendly, low in carbs and high in protein.



🇩🇪 🇩🇪 Mandel-Stollen mit Marzipan und Orangeat. Perfekt für die Weihnachtszeit. Hergestellt nach unserem hauseigenen Rezept für ketogene Mandel-Stollen. Niedrig in Kohlenhydraten, sehr lecker und bekömmlich.



CINNAMON CREAM CAKE / ZIMT-SAHNE-TORTE

🇩🇪 🇩🇪 Cinnamon cream cake. Perfect for the cold winter time. Keto friendly and so tasty. Low in carbs.

🇩🇪 🇩🇪 Zimt-Sahne-Torte. Perfekt für die kalte Winterzeit. Niedrig in Kohlenhydraten und sehr schmackhaft.



CINNAMON ROLLS / ZIMT-SCHNECKEN



🇺🇸 🇺🇸 Tasty ketogenic cinnamon rolls, made by an american KETOLUCK recipe. Soft, gently sweetened and because of the fiber and our sweet lupin flour that we use in the cinnamon rolls, those cinnamon rolls help you to regulate your blood sugar. SO TASTY!

🇺🇸 Leckere ketogene Zimtschnecken nach amerikanischen Rezept von KETOLUCK. Weich, leicht gesüßt und aufgrund der enthaltenen Ballaststoffe, dem Zimt sowie unserem Süßlupinenmehl aus Australien helfen sie dabei, den Blutzuckerspiegel niedrig zu halten.

CROISSANTS & AMERICAN DONUTS



🇺🇸 🇺🇸 Get our KETOLUCK croissant for your breakfast. Low carb and keto friendly, best taste and lower calories as regular croissants!

KETOLUCK AMERICAN DONUTS are perfect for your breakfast or snack. Soft and chewy, gently sweetened and so TASTY!

🇺🇸 Das Frühstück wird durch unsere leckeren KETOLUCK Butter-Croissants erst zum Genuss. Kaum Kohlenhydrate, dafür aber mega lecker und weniger Kalorien als herkömmliche Croissants.

Unsere Amerikanischen Donuts sind perfekt für das Frühstück. Auch ideal als Snack für zwischendurch. Weich, süß und so LECKER!



CHOCOLATE / SCHOKOLADE



🍫 🍫 Experience the pleasure of our ketogenic white chocolate.

It's also available in the flavors:

- Strawberry
- Banana
- Caramel
- Vanilla
- Marzipan

🍫 Erleben Sie den Genuss unserer ketogenen weißen Schokolade.

Diese gibt es auch in den Geschmacksrichtungen

- Erdbeere
- Banane
- Karamell
- Vanille
- Marzipan
- Weisse Schokolade

🍫 🍫 Our ketogenic dark chocolate is the highlight of the day.

Enjoy the chocolate in the flavors:

- Chocolate cacao
- Vanilla
- Jamaica Rum
- Coconut
- Hazelnut.

🍫 Unsere ketogene dunkle Schokolade ist das Highlight des Tages.

Genießen Sie die Schokolade in den Geschmacksrichtungen:

- Schoko-Kakao
- Vanille
- Jamaika Rum
- Kokos
- Haselnuss



Get your **10%** voucher NOW

www.ketoluck.com

Subscribe to our newsletter and save money!

Subscribe to our

latest news about our products and interesting facts about our
you will receive a voucher of 10% for your next purchase

**Eating healthy
has never been
easier!**

Surname

KETO LUCK

SUBSCRIBE NOW!



Hol dir deine **10%** Gutschein!

www.ketoluck.com

Abonniere jetzt unseren Newsletter

**Gesunde
Ernährung
war nie
einfacher!**

Unsere Mailingliste ein und erhalte aktuelle News über die ketogenen Ernährung. Wir bieten jedem Abonnenten 10% Rabatt auf alle Bestellungen!

Nachname

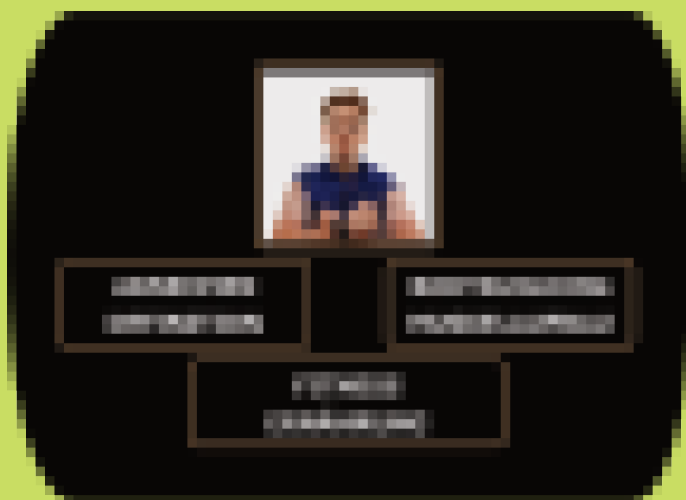
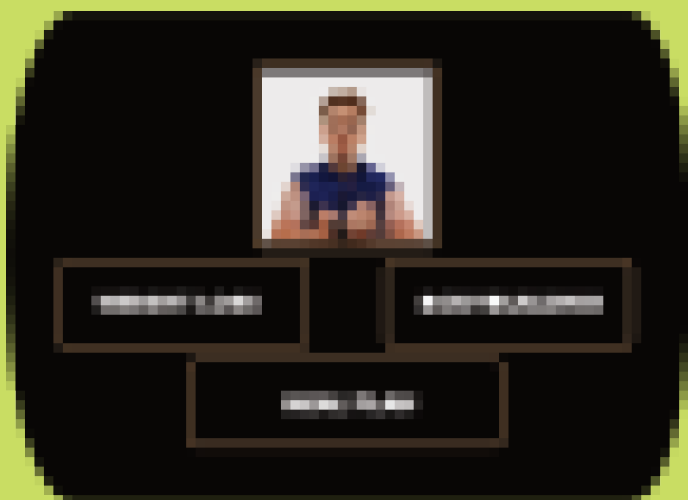
Vorname

KETO LUCK

JETZT ABONNIEREN!



PERSONAL TRAINER / FITNESS TRAINER



Jake Tarantino's KETOLUCK
Best ketogenic food for you

General Office Germany:
P.O. Box 104, 37236 Bad Sooden-Allendorf
Phone: +49 157 524 77717

Contact Baleares / España
Apartado de Correos, 468
07500 Manacor / Spain
Phone: +34 634 051 484

E-Mail: info@ketoluck.com
Web: www.ketoluck.com

VAT-ID: DE339891799

The best ketogenic nutritions
for your dog!

Known from the ketoluck company!
No sugar, low carb and a healthy life!

www.myketodog.shop