

Melanies Schönheits-Rezept

TIPPS → Melanie Winiger ist Schauspielerin, Model und Mutter. In *Blick am Abend* verrät sie ihre Beauty-Geheimnisse.



Für eine gesunde Haut

Melanie hat eine makellose Haut. Sie lässt sich ihr Gesicht regelmässig professionell reinigen. Zudem schminkt sie sich so selten wie möglich. **«Ich lasse meine Haut gerne atmen.»** Melanie achtet darauf, dass all ihre Pflegeprodukte auf natürlicher Basis hergestellt werden.

Perfektes Posieren

Auf dem roten Teppich macht Melanie immer eine gute Figur. Für das richtige Posing hat sie ein Geheimrezept: **«Ich denke an einen weiblichen Star, den ich sexy finde, und stelle mir vor, ich wäre sie.»**

Ruhe und Energie

Für ihre Ausgeglichenheit macht Melanie Yoga. Dabei kann sie sich entspannen und ihre Tiefenmuskulatur aufbauen. Sie schwört auch auf ihren Schönheitsschlaf. **«Schlafen ist eines meiner liebsten Hobbys und total wichtig für die Gesundheit.»** Frisch ausgeruht meistert sie jeden Alltagsstress.



Ausgiebig frühstücken

Morgens isst Melanie gerne Porridge - ein Zmorge aus Haferflocken, Hafermehl und Milch. Dazu trinkt sie ein Glas heisses Wasser mit Zitrone. **«Wenn ich am Morgen richtig esse, habe ich Energie für den ganzen Tag.»** Melanie ernährt sich möglichst ausgeglichen und gesund. Sie erlaubt sich aber auch kleine Sünden.



Richtiges Make-up

Wenn sich Melanie schminkt, ist es ihr besonders wichtig, dass das Make-up nicht zu sehr deckend ist. **«Beim Schminken ist der richtige Make-up-Ton wichtig. Mit dem Rest kann man experimentieren.»**



STARFACTS

von **Melanie Winiger**

Geboren am: 22. Januar 1979 in Zürich.

Kindheit: Melanie wuchs im Tessin auf. Deutsch, Italienisch und Englisch sind ihre Muttersprachen.

Erfolg: 1996 wurde Melanie zur Miss Schweiz gekrönt.

Seitdem arbeitet sie als Schauspielerin, ist als Moderatorin tätig und modelt nebenbei in New York, Milano und Zürich.

Liebe: Seit Mai 2008 ist Melanie mit Rapper Stress verheiratet. Ihr Sohn heisst Noël (7).

PROMI-DINNER

presented by **coop** @home

«Kochen ist sexy!»

Anna Maier (31), Moderatorin und Gründerin der Online-Boutique StyleMe.ch, findet kochen sinnlich.

Anna Maier, wie verwöhnen Sie sich kulinarisch?

Beim Kochen vibrieren alle meine Sinne. Beim Marinieren der Poularde oder beim Schneiden und Hacken von verschieden farbigem, knackigem Gemüse, komme ich sehr oft auf die kreativsten und innovativsten Ideen. Kochen ist für mich eben pure Inspiration.

Was kochen Sie für Ihre Gäste?

Meine Gäste freuen sich auf ein Fondue Chinoise mit vielen Saucen und Beilagen. Anschliessend spielen

wir alle Trivial Pursuit und dann kommt die Glace-Maschine zum Einsatz. Das Resultat: mein Lieblings-Coupe Dänemark; selbstgemachtes Vanille-Eis, heisse Schokoladen-Sauce und viel Schlagrahm.

Wo essen Sie am liebsten?

Ich liebe die indische Küche und diniere darum sehr gerne im Restaurant King's Curry in Zürich-Wiedikon.

Und was ist Ihr Lieblingsgetränk?

Wasser mit Kohlensäure.

Blöterli mochte ich bis vor zwei Jahren überhaupt nicht. Mein Geschmack hat sich diesbezüglich aber komplett geändert. Heute trinke ich nur noch «mit Gas». Und vor dem Essen immer gerne ein Glas Prosecco.

Eugen Baumgartner
www.wv-magazin.ch

Einkaufen auf www.coopathome.ch.

Ihren Lieblingswein und Ihren gesamten Wocheneinkauf liefert **coop@home** bequem und pünktlich zu Ihnen nach Hause.

Anna Maier «Beim Kochen kommen mir die kreativsten Ideen.»



Mein Menü

Vorspeise: Reisblätter gefüllt mit Crevetten, Avocado und Gurken.

Hauptgang: Indisches Lammcurry mit Gemüse auf Basmati-Reis mit gebra-

tenen Cashew-Nüssen.

Dessert: Indisches Mango-Dessert.

Weintipp: Viognier aus dem Thurgauer Iselisberg.