



Website beoordeling fructopia.de

Gegenereerd op April 28 2025 07:25 AM

De score is 52/100



SEO Content

	Title	Zuckerfrei + ohne Weizen: Köstliche Rezepte für einen glücklichen Bauch Fructopia.de Lengte : 86 Let op, uw title tag zou tussen de 10 en 70 karakters (spaties inbegrepen) moeten bevatten. Gebruik deze gratis tool om tekst lengte te berekenen.								
	Description	Mehr Energie, eine gesunde Verdauung und "Tschüss!" Blähbauch: Auf fructopia.de findest du zuckerfreie Rezepte und wertvolle Tipps für den Alltag mit einer Fructoseintoleranz, Reizdarmsyndrom (IBS) oder wenn du dich einfach besser fühlen möchtest. Lengte : 257 Let op, uw meta description zou tussen de 70 en 160 karakters (spaces included) moeten bevatten.								
	Keywords	Erg slecht. We hebben geen meta keywords gevonden in uw website. Gebruik deze gratis online meta tags generator om keywords te genereren.								
	Og Meta Properties	Goed, uw page maakt gebruik van Og Properties. <table><thead><tr><th>Property</th><th>Content</th></tr></thead><tbody><tr><td>locale</td><td>de_DE</td></tr><tr><td>type</td><td>website</td></tr><tr><td>title</td><td>Zuckerfrei + ohne Weizen: Köstliche Rezepte für einen glücklichen Bauch Fructopia.de</td></tr></tbody></table>	Property	Content	locale	de_DE	type	website	title	Zuckerfrei + ohne Weizen: Köstliche Rezepte für einen glücklichen Bauch Fructopia.de
Property	Content									
locale	de_DE									
type	website									
title	Zuckerfrei + ohne Weizen: Köstliche Rezepte für einen glücklichen Bauch Fructopia.de									

SEO Content

description	Mehr Energie, eine gesunde Verdauung und "Tschüss!" Blähbauch: Auf fructopia.de findest du zuckerfreie Rezepte und wertvolle Tipps für den Alltag mit einer Fructoseintoleranz, Reizdarmsyndrom (IBS) oder wenn du dich einfach besser fühlen möchtest.
url	https://fructopia.de/
site_name	Fructopia
image	https://fructopia.de/wp-content/uploads/2015/10/fructopia-multikorn-pfannkuchen-chiamarmelade-zuckerfrei-fodmap-1-684x1024.jpg
image:secure_url	https://fructopia.de/wp-content/uploads/2015/10/fructopia-multikorn-pfannkuchen-chiamarmelade-zuckerfrei-fodmap-1-684x1024.jpg
image:width	684
image:height	1024

Headings

H1	H2	H3	H4	H5	H6
0	33	0	5	0	0
• [H2] Heute lüften wir ein Geheimnis. Fructosearme Pralinen für alle! • [H2] Fructosearme Hafer-Müsli-Kekse • [H2] Knusprige Lahmacun – Türkische Pizza und Dürüm selber machen • [H2] Instafriday: Eine Woche essen in Istanbul • [H2] Zuckerfreies NUSS-DINKEL-BANANENBROT ohne Weizen, vegan • [H2] Neue Woche, neue Links • [H2] Ich esse Dich, Dich esse ich nicht (2): Diese Lebensmittel lieber nicht! • [H2] Fructoseintoleranz und Weizenunverträglichkeit: Wo ist der Zusammenhang? • [H2] Diagnose Fructoseintoleranz: Wie komm ich an meine Vitamine? • [H2] No Bake Schokotorte glutenfrei, getreidefrei, ohne Zucker, vegan • [H2] Veganer „Roast“: Gefüllter Butternut Kürbis mit Kartoffelpüree und Rotweinsoße • [H2] Winter Mezze: Vorspeisenplatte für das Weihnachtsdinner – Ingwer-Butter, Gerösteter Wirsing, Pastinaken-Hummus • [H2] 20-Minuten Erdmandelkekse glutenfrei, getreidefrei, ohne Zucker, vegan • [H2] Von einer Insulinresistenz, einer Schilddrüsenunterfunktion und den LowCarb Brötchen (glutenfrei, getreidefrei) • [H2] GRÜNER SMOOTHIE MIT KOKOSWASSER, AVOCADO UND MINZE vegan zuckerfrei • [H2] Und was isst du dann? Ein Kochbuch über Leckerstes. Glutenfrei, pflanzlich, zuckerlos					

SEO Content

		• [H2] Zuckerfreies NUSS-DINKEL-BANANENBROT ohne Weizen, vegan • [H2] Schoko-Keks-Karamell-Tartelettes zuckerfrei, weizenfrei • [H2] Dinkel-Focaccia mit Käsekruste Perfekt als Snack und Sandwichbasis • [H2] Kuku – Persisches Kräuter-Omelette mit türkischem Schinken low-carb, glutenfrei • [H2] Knusprige Lahmacun – Türkische Pizza und Dürüm selber machen • [H2] Mit diesem Trick holst du den Knoblauch zurück in deine Küche: Fructosearmes Knoblauchöl • [H2] Kefir-Smoothie mit Honigmelone und Zimt • [H2] Zuckerfreie Dinkel Scones mit Erdbeeren und Reismilch (vegan, fructosearm, weizenfrei) • [H2] Superfood Kumpir: Türkische Ofenkartoffel mit Lachs, Avocado und Kurkuma-Dressing • [H2] Türkischer Zupfkuchen: Fructosearme Cheesecake-Brownies mit Pistazien • [H2] Schüssel-Galaxie: Zuckerfreies Hirse-Porridge mit Kurkuma und Mandelmilch • [H2] Fruchtiger Frühstückskuchen mit Quinoaflocken (zuckerfrei, FODMAP-arm, glutenfrei) • [H2] Für ein fröhliches Erwachen im neuen Jahr: Schwarzer Anti-Kater-Smoothie mit Aktivkohle • [H2] Winterliche Kokos-Schokobrötchen (vegan, fructosearm, weizenfrei) • [H2] Die 5 Zutaten Low FODMAP-Challenge: Makrelen-Haselnuss-Creme Und Feta-Tomaten-Thymian Salat • [H2] Mein Morgen: Diana von exPress-o Über Ihre Morgenroutinen • [H2] Zuckerfreie Pancakes mit Kefir und Chia-Marmelade fructosearm, ohne Weizen • [H4] Follow Fructopia on • [H4] Choose Your Reading Language: • [H4] Nette Post • [H4] Fructosearm + Weizenfrei: Fructopia – Das Kochbuch • [H4] Blogs I love
	Afbeeldingen	We vonden 43 afbeeldingen in de pagina. 4 alt attributen ontbreken. Voeg alternatieve text toe zodat zoekmachines beter kunnen beoordelen wat het onderwerp van de afbeeldingen is.
	Text/HTML Ratio	Ratio : 9% De ratio van text tot HTML code is below 15 procent, dit betekent dat uw pagina waarschijnlijk meer tekst nodig heeft.
	Flash	Perfect, geen Flash content gevonden in uw website.

SEO Content

	Iframe	Jammer, u heeft Iframes in uw website, dit betekent dat deze content niet kan worden geïndexeerd.
---	--------	---

SEO Links

	Herschreven URL	Perfect. Uw links zien er vriendelijk uit!
	Underscores in de URLs	Perfect! Geen underscores gevonden in uw URLs.
	In-page links	We vonden een totaal van 59 links inclusie 3 link(s) naar bestanden
	Statistics	Externe Links : noFollow 0% Externe Links : doFollow 22.03% Interne Links 77.97%

In-page links

Ankertekst	Type	samenstelling
Fructopia	Intern	doFollow
Heute lüften wir ein Geheimnis. Fructosearme Pralinen für alle!	Intern	doFollow
Fructosearme Hafer-Müsli-Kekse	Intern	doFollow
Knusprige Lahmacun &#8211; Türkische Pizza und Dürüm selber machen	Intern	doFollow
Instafriday: Eine Woche essen in Istanbul	Intern	doFollow
Zuckerfreies NUSS-DINKEL-BANANENBROT ohne Weizen. vegan	Intern	doFollow
Neue Woche, neue Links	Intern	doFollow
Ich esse Dich. Dich esse ich nicht (2): Diese Lebensmittel lieber nicht!	Intern	doFollow
Fructoseintoleranz und Weizenunverträglichkeit: Wo ist der Zusammenhang?	Intern	doFollow

In-page links

3 Comments	Intern	doFollow
neue Blogreihe	Intern	doFollow
in diesem Beitrag	Intern	doFollow
Leave a Comment	Intern	doFollow
No Bake Schokotorte glutenfrei, getreidefrei, ohne Zucker, vegan	Intern	doFollow
Veganer &#8222;Roast&#8220;: Gefüllter Butternut Kürbis mit Kartoffelpüree und Rotweinsoße	Intern	doFollow
Winter Mezze: Vorspeisenplatte für das Weihnachtsdinner – Ingwer-Butter, Gerösteter Wirsing, Pastinaken-Hummus	Intern	doFollow
20-Minuten Erdmandelkekse glutenfrei, getreidefrei, ohne Zucker, vegan	Intern	doFollow
Von einer Insulinresistenz, einer Schilddrüsenunterfunktion und den LowCarb Brötchen (glutenfrei, getreidefrei)	Intern	doFollow
GRÜNER SMOOTHIE MIT KOKOSWASSER, AVOCADO UND MINZE vegan zuckerfrei	Intern	doFollow
Und was isst du dann? Ein Kochbuch über Leckerstes. Glutenfrei, pflanzlich, zuckerlos	Intern	doFollow
Schoko-Keks-Karamell-Tartelettes zuckerfrei, weizenfrei	Intern	doFollow
Dinkel-Focaccia mit Käsekruste Perfekt als Snack und Sandwichbasis	Intern	doFollow
Kuku &#8211; Persisches Kräuter-Omelette mit türkischem Schinken low-carb, glutenfrei	Intern	doFollow
Mit diesem Trick holst du den Knoblauch zurück in deine Küche: Fructosearmes Knoblauchöl	Intern	doFollow
Kefir-Smoothie mit Honigmelone und Zimt	Intern	doFollow
Zuckerfreie Dinkel Scones mit Erdbeeren und Reismilch (vegan, fructosearm, weizenfrei)	Intern	doFollow
Superfood Kumpir: Türkische Ofenkartoffel mit Lachs, Avocado und Kurkuma-Dressing	Intern	doFollow
Türkischer Zupfkuchen: Fructosearme Cheesecake-Brownies mit Pistazien	Intern	doFollow
Schüssel-Galaxie: Zuckerfreies Hirse-Porridge mit Kurkuma und Mandelmilch	Intern	doFollow
Fruchtiger Frühstückskuchen mit Quinoaflocken (zuckerfrei, FODMAP-arm, glutenfrei)	Intern	doFollow

In-page links

Für ein fröhliches Erwachen im neuen Jahr: Schwarzer Anti-Kater-Smoothie mit Aktivkohle	Intern	doFollow
Winterliche Kokos-Schokobrötchen (vegan, fructosearm, weizenfrei)	Intern	doFollow
Die 5 Zutaten Low FODMAP-Challenge: Makrelen-Haselnuss-Creme Und Feta-Tomaten-Thymian Salat	Intern	doFollow
Mein Morgen: Diana von exPress-o Über Ihre Morgenroutinen	Intern	doFollow
Zuckerfreie Pancakes mit Kefir und Chia-Marmelade fructosearm, ohne Weizen	Intern	doFollow
Read More...	Intern	doFollow
Her damit!	Extern	doFollow
https://youtu.be/2ARaFYn6Kg0	Extern	doFollow
Delicious As It Looks	Extern	doFollow
Friendly Little Kitchen	Extern	doFollow
Fructoseintoleranz Info	Extern	doFollow
Healthy Happy Steffi	Extern	doFollow
i-ref – Culture Style Panorama	Intern	doFollow
The Friendly Gourmand	Extern	doFollow
The Fructose Friendly Chef	Extern	doFollow
The Whitest Cake Alive	Extern	doFollow
Fructopedia	Intern	doFollow
Inbildundschrift	Intern	doFollow
Rezepte	Intern	doFollow
Kochbücher	Intern	doFollow
Fructose Malabsorption	Intern	doFollow
Häufig gestellte Fragen	Intern	doFollow
Sag Hallo!	Intern	doFollow
Impressum	Intern	doFollow
Datenschutz	Intern	doFollow
Foodie Pro Theme	Extern	doFollow

In-page links

[Shay Bocks](#)

Extern

doFollow

[Genesis Framework](#)

Extern

doFollow

[WordPress](#)

Extern

doFollow

SEO Keywords



Keywords Cloud

ein **ich und** die ist **mit** das **more** der **read**

Keywords Consistentie

Keyword	Content	Title	Keywords	Description	Headings
und	32	✗	✗	✓	✓
more	24	✗	✗	✗	✗
read	24	✗	✗	✗	✓
ich	21	✓	✗	✓	✓
mit	21	✗	✗	✓	✓

Bruikbaarheid

	Url	Domein : fructopia.de Lengte : 12
	Favicon	Goed, uw website heeft een favicon.
	Printbaarheid	Jammer. We vonden geen Print-Vriendelijke CSS.
	Taal	Goed. Uw ingestelde taal is de.
	Dublin Core	Deze pagina maakt geen gebruik van Dublin Core.

Document

	Doctype	HTML 5
	Encoding	Perfect. Uw ingestelde Charset is UTF-8.
	W3C Validiteit	Fouten : 39 Waarschuwingen : 53
	E-mail Privacy	Geweldig er is geen e-mail adres gevonden als platte tekst!
	Niet ondersteunde HTML	Geweldig! We hebben geen niet meer ondersteunde HTML tags gevonden in uw HTML.
	Speed Tips	 Geweldig, uw website heeft geen tabellen in een tabel.  Jammer, uw website maakt gebruik van inline styles.  Jammer, uw website heeft teveel CSS bestanden (meer dan 4).  Jammer, uw website heeft teveel JS bestanden (meer dan 6).  Jammer, uw website haalt geen voordeel uit gzip.

Mobile

	Mobile Optimization	 Apple Icon  Meta Viewport Tag  Flash content
--	---------------------	--

Optimalisatie

	XML Sitemap	Geweldig, uw website heeft een XML sitemap. <code>https://fructopia.de/sitemap_index.xml</code>
	Robots.txt	<code>http://fructopia.de/robots.txt</code> Geweldig uw website heeft een robots.txt bestand.
	Analytics	Perfect, uw website heeft een analytics tool.

Optimalisatie



Google Analytics