

BIO Flohsamenschalen, 99 % Reinheit

Gesundheit & Ernährung



400 g 15,75€ inkl. 7% MwSt.
(per 1Kg = 39,38 €)

Art.-Nr.: 002290502

PZN: 10197506

EAN: 4260323542823

- DE-ÖKO-039
- aus kontrolliert biologischem Anbau
- 100 % natürlich
- gluten- und lactosefrei
- frei von Soja und Nüssen

Flohsamenschalen sind die Samenschalen der in Indien beheimateten Pflanze *Plantago ovata*. Die Samen werden von Hand geerntet, gesiebt und schonend getrocknet. Indischer Flohsamen enthält wertvolle schleimbildende Ballaststoffe, die bei Berührung mit Flüssigkeit aufquellen.

Je höher die Reinheit, desto besser sind die Quelleigenschaften, die Spinnrad Flohsamenschalen 99 % besitzen die höchst mögliche Quellzahl für Schalen (USP-Methode nach 2 Std. zwischen 65 - 100 ml/g; Ph.Eur-Methode nach 4 Std. zwischen 100 - 150 ml/g.)

Unsere Bio Flohsamenschalen 99 % sind "extra weiß", d.h. dass sie einen niedrigen Anteil an Stippen enthalten.

Inhaltsstoffe

Indische Flohsamenschalen 99 % Reinheit (100 %) aus kontrolliert biologischem Anbau

Anwendungs- und Dosierhinweise

Verzehrempfehlung:

2 - 3 mal täglich bis zu 10 g (ca. 4 TL) in mind. 500 ml Flüssigkeit einrühren, quellen lassen und trinken oder in Müsli oder Joghurt vermischt verzehren, oder in Backwaren verarbeiten. Trinken Sie ausreichend Flüssigkeit dazu. **Nicht trocken verzehren!**

Flohsamenschalen müssen vor dem Verzehr in Flüssigkeit aufgelöst werden um den Quellprozess einzuleiten. Dieser sollte nicht erst im Magen statt finden, da die Gefahr besteht, dass der Magen überfüllt wird. Der Verzehr der aufgequollenen Masse erhöht das Volumen des Mageninhaltes und sorgt für ein Sättigungsgefühl.

Nährwertabelle

	pro 100 g
Brennwert	64 kJ (16 kcal)
Fett	0,50 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,06 g
davon einfach ungesättigte Fettsäuren	0,21 g
davon mehrfach ungesättigte Fettsäuren	0,00 g
Kohlenhydrate	2,00 g

davon Zucker	< 0,24 g
Ballaststoffe	88,00 g
Eiweiß	1,00 g
Salz	0,30 g

Referenzmenge für einen durchschnittlichen Erwachsenen (8400 kJ / 2000 kcal).