

	Formblatt Produktkurzinformation	Revision 01 gültig ab 01.02.2019
---	---	---

Artikel: 0413
 Bezeichnung: **Indische Flohsamen, bio 500g**
 PZN: PZN-14355155
 EAN: 4251023904134

Produktinformation

Produktbeschreibung

Ballaststoffreiches Lebensmittel mit Quellstoffen

Die kleinen ballaststoffreichen Samen des indischen Flohsamen (*Plantago Ovata*) sind ideal für eine ausgewogene Ernährung. Die wasserbindende und aufquellende Eigenschaft der Flohsamen hat einen positiven Effekt auf die Darmflora. Ideal als wohltuendes und sättigendes Getränk oder als Zugabe in Speisen.

Zusammensetzung

Zutaten: Indische Flohsamen, aus kontrolliert biologischem Anbau.
 Vegan sowie von Natur aus frei von Laktose und Gluten.

Anwendung

Verwendung: 2-3 x täglich 5g (ca. 1 gehäufte Teelöffel) in 200ml Flüssigkeit geben und ca. 20 Minuten quellen lassen. Anschließend pur oder in Müsli, Quark, Joghurt oder Süßspeisen eingerührt verzehren. 1-2 Gläser Flüssigkeit nachtrinken.

Hinweise: Beim Verzehr von Ballaststoffen auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr achten! Vor Wärme geschützt und trocken lagern.



Formblatt
Produktkurzinformation

Revision **01**
gültig ab 01.02.2019

Artikel: 0413
Bezeichnung: **Indische Flohsamen, bio 500g**
PZN: PZN-14355155
EAN: 4251023904134

Nährwertinformationen:

Nährwerte*	pro 100 g
Brennwert	1133 kj/275 kcal
Fett	5,0 g
davon gesättigte Fettsäuren	< 0,1 g
Kohlenhydrate	11,0 g
davon Zucker	< 0,1 g
Ballaststoffe	58,0 g
Eiweiß	17,5 g
Salz	0,3 g

*Die Analysedaten sind Durchschnittswerte und unterliegen den bei Naturprodukten üblichen Schwankungen.