

|                                                                                   |                                                       |                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
|  | <p>Formblatt</p> <p><b>Produktkurzinformation</b></p> | <p>Revision <b>01</b></p> <p>gültig ab 01.11.2022</p> |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|

Artikel: 0324  
 Bezeichnung: **Ashwagandha Pulver, bio 300 g**  
 PZN: PZN- 18094881  
 EAN: 4251023903243

## Produktinformation

### Produktbeschreibung

Ashwagandha (*Withania somnifera*), auch Schlafbeere oder Winterkirche, ist überwiegend in Indien, Pakistan und Afghanistan beheimatet, wo sie schon seit Jahrtausenden verwendet wird. Auch als indischer Ginseng bekannt, ist diese Pflanze äußerst vielseitig und stellt eine traditionelle Heilpflanze der ayurvedischen Medizin dar. Ihre besondere Eigenschaft verbirgt sich im Namen. *Somnifera* ist lateinisch und bedeutet so viel wie schlafbringend.

Bio Ashwagandha Pulver wird aus der Wurzel der Pflanze hergestellt und kann als Tee- oder Milchgetränk aufgegossen oder Smoothies und anderen Getränken beigemischt werden.

### Zusammensetzung

**Zutaten:** Bio Ashwagandhawurzel gemahlen

Von Natur aus vegan, laktose- und glutenfrei.

### Anwendung

**Verzehrempfehlung:** 1- 2 x täglich 1 leicht gehäuften Teelöffel (ca. 3g) in 250 ml Flüssigkeit (z.B. warme Milch, warmes Wasser, Frucht- oder Gemüsesaft, Smoothie) einrühren und trinken. Wir empfehlen die Beigabe natürlicher Süße, da Ashwagandha einen leicht bitteren Geschmack hat.

**Packungsinhalt entspricht ca. 100 Portionen**

**Hinweise:** Das Pulver sollte trocken, kühl und lichtgeschützt aufbewahrt werden. Packung stets gut verschließen. Achten Sie im Übrigen auf eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie auf eine gesunde Lebensweise.

### Inhalt

 300 g



Formblatt  
Produktkurzinformation

Revision **01**  
gültig ab 01.11.2022

Artikel: 0324  
Bezeichnung: **Ashwagandha Pulver, bio 300 g**  
PZN: PZN- 18094881  
EAN: 4251023903243

**Nährwertinformationen:**

| Nährwerte*                    | pro 100 g         | pro Portion (3g) |
|-------------------------------|-------------------|------------------|
| Brennwert                     | 1159 kJ /277 kcal | 35 kJ /8 kcal    |
| Fett                          | 0,3 g             | <0,1 g           |
| - davon gesättigte Fettsäuren | 0,1 g             | <0,1 g           |
| Kohlenhydrate                 | 46,9 g            | 1,4 g            |
| - davon Zucker                | 10,7 g            | 0,3 g            |
| Ballaststoffe                 | 36,0 g            | 1,1 g            |
| Eiweiß                        | 3,7 g             | 0,1 g            |
| Salz                          | 0,2 g             | <0,1 g           |

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