



Naturheilmittel &  
Gewürze seit 1925



**Hildegard**  
Naturheilmittel & Gewürze seit 1925

**Zutaten:** Bio-Flohsamen ganz

**Verzehrempfehlung:** 2 mal täglich 5 g  
(ca. 1 gehäufte Teelöffel) **BIO-FLOHSAMEN**  
in 200 ml Flüssigkeit geben und 20 min.  
quellen lassen. Anschließend pur oder  
in Müsli, Quark, Joghurt oder Süßspeisen  
eingerührt verzehren. 1-2 Gläser  
Flüssigkeit nachtrinken.

**Hinweis:** Beim Verzehr von Flohsamen auf  
eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr achten!

**Vor Wärme geschützt und trocken lagern.**  
Mindestens haltbar bis: siehe Boden



Plantago psyllium  
Heilpflanze

**500 g** e



JURA  
Naturheilmittel GmbH  
Nestgasse 2  
www.hildegard.de  
D-78464 KONSTANZ



Plantago psyllium  
Heilpflanze

**500 g** e



Ballaststoffreiches Lebensmittel mit Quellstoffen.  
Von Natur aus frei von Laktose und Gluten.

Nährwerte\* pro 100 g

Brennwert	1161kJ/281 kcal
Fett	8,0 g
davon gesättigte Fettsäuren	1,0 g
Kohlenhydrate	7,2 g
davon Zucker	1,3 g
Eiweiß	19,7 g
Salz	< 0,03 g

\*Die Analysendaten sind Durchschnittswerte und  
unterliegen den bei Naturprodukten unterschied-  
lichen Schwankungen.



weitere Produkte finden  
Sie auf unserer Website  
[www.hildegard.de](http://www.hildegard.de)

DE-OKO-006  
EU-Landwirtschaft

PZN-18835751

mindestens  
haltbar bis:

