

Salus

Bio Flohsamenschalen indisch

Plantago ovata

Lebensmittel

- Reich an löslichen Ballaststoffen

Artikel	Menge
Bio Flohsamenschalen indisch	1 Btl à 250 g
Art. Nr.: 01001830 PZN: 06767085	

Anwendungen, Dosierung, Verzehrempfehlung

2 Teelöffel (3,5 g) Indische Flohsamenschalen mit ca. 300 ml Flüssigkeit mischen, gut umrühren und gleich trinken.

Zum Frühstück oder als Dessert: 2 Teelöffel zu Joghurt oder Fruchtmus geben, umrühren und kurz quellen lassen.

Wichtiger Hinweis:

Jeweils mind. 200 ml Flüssigkeit nachtrinken und auch zusätzlich über den Tag verteilt viel trinken.

Eine gesunde Lebensweise und eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung sind wichtig für Ihre Gesundheit.

Zusammensetzung lt. Packungsangabe

100 % Flohsamenschalen, Indisch*

* aus ökologischem Landbau.

Von Natur aus glutenfrei.

DE-ÖKO-003

Inhaltsstoffe

Nährwertangaben

pro	100 g
Energie	709 kJ / 177 kcal
Fett	0,6 g
davon gesättigte Fettsäuren	<0,1 g
Kohlenhydrate	1,7 g
davon Zucker	<0,1 g
Ballaststoffe	85 g
Eiweiß	2,4 g
Salz	<0,1 g

Salzgehalt ist ausschließlich auf den natürlichen Gehalt an Natrium in den Flohsamenschalen zurückzuführen.

Nährwertangaben

pro	2 TL = 3,5 g
Energie	25 kJ / 6,2 kcal
Fett	<0,1 g
davon gesättigte Fettsäuren	<0,1 g
Kohlenhydrate	0,1 g
davon Zucker	<0,1 g
Ballaststoffe	3,0 g
Eiweiß	0,1 g
Salz	<0,1 g

Salzgehalt ist ausschließlich auf den natürlichen Gehalt an Natrium in den Flohsamenschalen zurückzuführen.

INFORMATIONEN

Flohsamenschalen enthalten einen hohen Anteil an löslichen Ballaststoffen, die Wasser binden und dadurch die natürliche Passage der Nahrung im Dickdarm unterstützen. In Flüssigkeit, Joghurt o. ä. eingerührt schmecken sie ganz neutral.