Bio Kürbiskern Protein Pulver

PZN: 124 799 18

USP's:

- **55 % pflanzliches Protein mit Eisen, Magnesium, Kalium, Mangan und Phosphor.**

Kürbiskern Protein von Raab Vitalfood

Bio Kürbiskernprotein wird durch schonende Entölung und Vermahlung gewonnen und besticht durch sein typisches, feines Aroma. Es eignet sich hervorragend zur Anreicherung von süßen und herzhaften Gerichten und Getränken sowie als Ergänzung für Smoothies, Müslis, Desserts und Backwaren. Das Kürbiskernprotein hat einen hohen Gehalt an ungesättigten Fettsäuren. Außerdem ist es reich an Ballaststoffen, Magnesium und Phosphor, enthält 55 % hochwertiges Eiweiß, alle acht essentiellen Aminosäuren sowie Eisen, Kalium und Mangan. Eisen trägt zu einer normalen kognitiven Funktion und zu einem normalen Sauerstofftransport im Körper bei. Kalium und Magnesium unterstützen eine normale Funktion des Nervensystems und der Muskeln. Magnesium und Phosphor tragen zur Erhaltung normaler Knochen und Zähne bei. Mangan trägt zur Erhaltung normaler Knochen und zur normalen Bindegewebebildung bei.

Raab Vitalfood – Nahrungsergänzung in Bioqualität seit 1989

Im bayerischen Rohrbach an der Ilm entwickelt, produziert und vertreibt Raab Vitalfood pflanzliche Lebensmittel und Proteine sowie Superfoods und Nahrungsergänzungen in bester Bio Qualität – und das seit 28 Jahren. 2017 wurde das Sortiment um eine pflanzliche Sportlerserie erweitert. Diese ergänzt die bestehende Auswahl an pflanzlichen Proteinen und begleitet Hobby- und Leistungssportler gleichermaßen durch den Trainingsprozess.

Produktmerkmale & Hinweise

Hergestellt in Deutschland
Für Vegetarier und Veganer geeignet
Gluten- und laktosefrei

Die genannten positiven Wirkungen treten bereits ab einem Verzehr von täglich 20 g Kürbiskernproteinpulver ein. Farbe und Geschmack können variieren, da es sich um ein Naturprodukt handelt, das jahreszeitlichen Schwankungen unterliegt.

Kühl, trocken und gut verschlossen lagern.

Netto-Füllmenge

Füllmenge = 500 g

Zutaten

100 % Kürbiskern Mehl, teilentölt (aus kontrolliert biologischem Anbau).

Verzehrempfehlung

Geben Sie ca. 2 EL (20 g) Pulver in 250 ml Flüssigkeit, z.B. Soja-, Hafer-, Mandel-, Reis- und Kokosmilch oder ersetzen Sie beim Backen einen Teil des herkömmlichen Mehls durch Kürbiskernprotein. Das Kürbiskernprotein ist eine köstliche Ergänzung für Smoothies, Müslis, Desserts und Backwaren.

Nährwerte

Nährwerte	pro 100 g (NRV)	pro 20 g (NRV)*
Energie	1546 kJ / 369 kcal	309 kJ / 74 kcal
Fett	13 g	2,6 g
- davon gesättigte Fettsäuren	2,6 g	0,5 g
- davon einf. ungesättigte Fettsäuren	3,6 g	0,7 g
- davon mehrf. ungesättigte Fettsäuren	6,4 g	1,3 g
Kohlenhydrate	2,7 g	0,5 g
- davon Zucker	1,6 g	0,5 g
Ballaststoffe	10 g	2,0 g
Eiweiß	59 g	12 g
Salz	0,24 g	0,05 g
Eisen	14,0 mg (100 %)	2,8 mg (20 %)
Mangan	6,3 mg (315 %)	1,3 mg (65 %)
Kalium	1780 mg (89 %)	380 mg (18 %)
Magnesium	940 mg (251 %)	188 mg (50 %)
Phosphor	2000 mg (286 %)	400 mg (57 %)
* entspricht einer Portion / NRV: Prozent der Nährstoffbezugswerte		
Essentielle Aminosäuren		
Isoleucin	2,6 g	
Leucin	4,8 g	
Lysin	2,3 g	
Methionin + Cystein	1,5 g	
Phenylalanin + Tyrosin	4,6 g	
Threonin	2,0 g	
Tryptophan	0,94 g	
Valin	3,3 g	