

Zirkulin Flohsamenschalen

Lebensmittel

Zirkulin Flohsamenschalen unterstützen eine ballaststoffreiche und gesunde Ernährung

Die Samenschalen des Indischen Flohsamens (*Plantago Ovata*) haben einen hohen Gehalt an löslichen und sehr gut quellfähigen Ballaststoffen. Sie fördern die natürliche Verdauung und die Darmgesundheit, da die Samenschalen ein Vielfaches ihres eigenen Gewichts an Flüssigkeit an sich binden können. Der Vorteil gegenüber anderen Ballaststoff-Lieferanten, wie z. B. Weizenkleie oder Leinsamen, ist das besondere Quellvermögen und zusätzlich der Gehalt an Schleimstoffen, die ebenfalls im Darm aufquellen. Indische Flohsamenschalen sind gut verträglich, einfach in der Anwendung, geschmacksneutral und können bequem in den täglichen Ernährungsplan integriert werden. Sie sind zur längerfristigen Verwendung geeignet und führen nicht zur Gewöhnung.

Verzehrempfehlung: 2 x täglich 1 leicht gehäuften Teelöffel (je ca. 3 g) in ca. 200 ml Wasser gut verrühren, kurz (1–2 Minuten) quellen lassen und trinken. Anschließend 1–2 weitere Gläser Flüssigkeit trinken.

Nährwertangaben	Pro 100 g	6 g (ca. 2 TL) (Tagesempfehlung)
Brennwert	787 kJ	47 kJ
kJ (kcal)	(192 kcal)	(12 kcal)
Fett,	0,6 g	0,04 g
davon, gesättigte Fettsäuren	< 0,6 g	0 g
Kohlenhydrate,	1,7 g	0,1 g
davon, Zucker	< 0,5 g	0 g
Ballaststoffe	85 g	5,1 g
Eiweiß	2,4 g	0,14 g
Salz	0,3 g	0,02 g

Zutaten: Indische Flohsamenschalen (*Plantago Ovata*).

Hinweis: Beim Verzehr ist auf eine reichliche Flüssigkeitszufuhr zu achten, da die Ballaststoffe Wasser binden und bei zu geringer Flüssigkeitszufuhr zu Darmverschluss führen können.

Lagerhinweis: Kühl und trocken lagern.

Inhalt: 250 g

PZN: 10731644