

# Salus

## Bio Flohsamenschalen indisch

Plantago ovata

Lebensmittel

- Reich an löslichen Ballaststoffen

Artikel	Menge
Bio Flohsamenschalen indisch	1 Btl à 200 g
Art. Nr.: 01001829   GTIN: 4004148370823   PZN: 19861992	

### Anwendungen, Dosierung, Verzehrempfehlung

2 Teelöffel (ca. 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

### **Nährwertangaben**

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 zurückzuführen.

### **Nährwertangaben**

pro	Portion 2 TL (3,5g)
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 zurückzuführen.

### **INFORMATIONEN**

Flohsamenschalen enthalten einen hohen Anteil an löslichen Ballaststoffen, die Wasser binden

In Flüssigkeit, Joghurt o. ä. eingerührt schmecken sie ganz neutral.

Hersteller: Salus Haus GmbH & Co. KG, Bahnhofstraße 24, 83052 Bruckmühl, DE