

Produktinformation

Chia Samen, Bio

PZN 12341166

Reich an Omega-3-Fettsäuren und Ballaststoffen

Chia Samen enthalten von Natur aus hochwertiges Protein, sind reich an Ballaststoffen und liefern ein perfektes Zusammenspiel an wertvollen Vitaminen und Mineralstoffen. Zudem bieten Chia Samen einen hohen Gehalt an mehrfach ungesättigten Fettsäuren wie die wertvolle Omega-3- und Omega-6-Fettsäuren. Aurica Chia Samen sind eine wertvolle Zutat in der vitalen Küche.

- ✓ vegan, glutenfrei
- ✓ geschmacksneutral
- ✓ pflanzliches Eiweiß
- ✓ schnell quellfähig

Zutaten: Chia Samen aus kontrolliert biologischem Anbau

Verzehrempfehlung: Täglich bis zu 2 Esslöffel (15 g) Chia Samen in 100 ml Wasser oder Fruchtsaft einrühren, kurz quellen lassen, gut umrühren und trinken. Als Beigabe in Joghurt, Müsli, Smoothies, Dessert, zum Backen. Chia Samen werden in der veganen Küche auch als Bindemittel verwendet.

Hinweis: Chia Samen haben ein hohes Quellvermögen, daher sollte auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr geachtet werden.

Gemäß der Novel Food VO (EG) 258/97 und 2013/50/EU beträgt die maximale Tagesportion 15 g.

Nährwerte	Ø pro 100 g	Tagesportion (15 g)
Energie	1898 kJ / 460 kcal	285 kJ / 69 kcal
Fett	31,5 g	4,7 g
davon gesättigte Fettsäuren	3,0 g	0,45 g
davon mehrfach ungesättigte Fettsäuren	26,7 g	4,0 g
Kohlenhydrate	10,3 g	1,5 g
davon Zucker	< 0,1 g	0,0 g
Ballaststoffe	30,5 g	4,6 g
Eiweiß	18,4 g	2,8 g
Salz	0,07 g	0,0 g
Omega 3-Fettsäuren	20,3 g	3,0 g
Omega 6-Fettsäuren	6,3 g	0,9 g

Die Nährwerte unterliegen den bei Naturprodukten üblichen Schwankungen.

Die Packung enthält 16 Portionen.

Herkunftsland: Bolivien

Inhalt: 250 g

EAN 4016328011303



DE-ÖKO-001
Nicht-EU-Landwirtschaft

Inhaltsstoffe, die Allergene & Unverträglichkeiten auslösen können: **keine**

Aurica Naturheilmittel und Naturwaren GmbH . 66773 Schwalbach. info@aurica.de. www.aurica.de
Stand 08.2016