

2289113 – P.Jentschura Wurzelkraft

Verkehrsbezeichnung

Pflanzliches Feingranulat zum Verzehr mit Früchten, Blütenpollen, Kräutern und Gemüsen

Zutaten

Früchte 25,8 % (Apfel*, Mango*, Ananas*, Heidelbeeren*, Acerolakirschen*, Orangen*, Preiselbeeren*, Brombeeren*, Aprikosen*, Orangenschalen*, Cranberries*, Zitronenschalen*), Blütenpollen* 17 %, Kürbiskerne*, **Lupinen***, Sonnenblumenkerne*, Erdmandeln*, **Süße Mandeln***, Kräuter 4,8 % (Süßholzwurzel*, Löwenzahnkraut*, Hopfenblüten*, Buchweizenkraut*, Galgantwurzel*, Bärlauchkraut*, Brennnesselblätter*, Flohsamen*, Liebstöckelblätter*, Rosmarinblätter*, Thymian*, Ysopkraut*, Estragonblätter*, Eukalyptusblätter*, Melissenblätter*, Schachtelhalmkraut*, Schafgarbenkraut*, Weinblätter grün*, Artischockenkraut*, Basilikum*, Bohnenkraut*, Brunnenkresse*, Dillspitzen*, Zitronenverbenablätter*, Holunderblüten*, Johannisbeerblätter*, Lavendelblüten*, Lindenblätter*, Lindenblüten silber*, Lungenkraut*, Melissenkraut*, Orangenblätter*, Quendelkraut*, Brennnesselkraut*, Brombeerblätter*, Erdbeerblätter*, Himbeerblätter*, Kapuzinerkressekraut*, Lemongras*, Maishaare*, Majoran*, Rosenblütenblätter rosa*, **Sellerieblätter***, Tausendgüldenkraut*, Kerbelblätter*), Gemüse 2,8 % (Rote Bete*, Kohlblätter*, Linsen rot*, Karotten*, Rettich schwarz*, Zucchini*, Spargel*, Kichererbsen*, Bohnen*, Brokkoli*, Meerrettichwurzel*, Spinat*, Zwiebeln*), Buchweizen*, Hirse*, **Walnüsse***, Gewürze*, Topinambur*, Amarant*, Hagebutten*, Dillfrüchte*, Granatapfelkerne*, **Pistazien***

* Zutat aus ökologischem/biologischem Anbau (DE-ÖKO-064)

Nährwertdeklaration	pro 100 g		
	kJ	kcal	% ¹
Brennwert/Energie	1756	420	21
Fett [g]	17,5		25
davon gesättigte Fettsäuren [g]	2,6		13
Kohlenhydrate [g]	42,1		16
davon Zucker ² [g]	26,2		29
Ballaststoffe [g]	14,4		
Eiweiß [g]	16,5		33
Salz [g]	0,03		<1

Vitamine ³	pro 100 g	% ⁴
Vitamin E [mg]	10,10	84
Vitamin K1 [µg]	40,40	54
Vitamin C [mg]	104	130
Thiamin (Vitamin B1) [mg]	0,34	31
Riboflavin (Vitamin B2) [mg]	0,60	43
Niacin [mg NE]	4,16	26
Vitamin B6 [mg]	0,42	30
Folsäure [µg]	87,10	44
Pantothensäure [mg]	1,25	21
Biotin [µg]	27,4	45
Mineralstoffe ³		
Kalium [mg]	845	42
Calcium [mg]	183	23
Phosphor [mg]	350	50
Magnesium [mg]	158	42
Eisen [mg]	8,69	62
Zink [mg]	2,60	26
Kupfer [mg]	0,80	80
Chrom [µg]	22,0	55
Aminosäuren ³		
Threonin [mg]	580	
Lysin [mg]	840	
Valin [mg]	780	
Leucin [mg]	1180	
Isoleucin [mg]	690	
Phenylalanin [mg]	770	
Tryptophan [mg]	170	
Methionin [mg]	330	
Arginin [mg]	1480	
Histidin [mg]	440	

¹ % der Referenzmenge. Referenzmenge für einen durchschnittlichen Erwachsenen (8400 kJ / 2000 kcal).

² ohne Zuckerzusatz (enthält von Natur aus Zucker)

³ Die Vitamine, Mineralstoffe und Aminosäuren sind von Natur aus enthalten.

⁴ % NRV = Nährstoffbezugswert

Verzehrempfehlung

- mit 1 – 2 Teelöffeln Wurzelkraft pro Tag beginnen
- innerhalb einiger Tage auf 3 x 2 Teelöffel pro Tag oder beliebig mehr steigern

Wurzelkraft ist pur ein Genuss. Sie schmeckt aber auch hervorragend, wenn sie in Gemüse- und Obstsaften, Breien, Müslis, Apfelmus, Lein- oder Olivenöl, Salatdressing, abgekühlte Suppen und Gemüsegerichte eingerührt wird.

Damit Vitamine, Enzyme, Aminosäuren und andere wertvolle Inhaltsstoffe erhalten bleiben, bitte die Wurzelkraft den Speisen erst nach deren Abkühlung auf Esstemperatur zugeben

Diese Informationen dienen zum besseren Verständnis. Maßgeblich sind die Angaben und Werte auf den Verpackungen.