

Zirkulin Flohsamenschalen

Nahrungsergänzungsmittel mit Ballaststoffen

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.

Gut zu wissen:

- Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) empfiehlt für Erwachsene mindestens 30 g Ballaststoffe pro Tag. 6 g Zirkulin Flohsamenschalen decken 17 % der empfohlenen Tageszufuhr.
- Beim Verzehr von Ballaststoffen muss auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr geachtet werden, da diese im Darm viel Flüssigkeit binden.
- Indische Flohsamenschalen sind auch geeignet zum Backen und Eindicken von Speisen.
- Die Bezeichnung „Flohsamen“ erhielten die Samen des Indischen Wegerichs ursprünglich, weil sie aus der Ferne betrachtet, eine Ähnlichkeit mit Flöhen aufweisen.
- Zirkulin Flohsamenschalen sind:
 - Vegan (rein pflanzlich)
 - Gluten- und laktosefrei

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

Nährwertangaben	pro 100 g	pro Tagesdosis (6 g)
Brennwert	827 kJ	50 kJ
kJ (kcal)	(205 kcal)	(12 kcal)
Fett	2,3 g	< 0,5 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,4 g	< 0,1 g
Kohlenhydrate	< 0,5 g	< 0,5 g
davon, Zucker	< 0,5 g	< 0,5 g
Ballaststoffe	82 g	4,9 g
Eiweiß	4,9 g	< 0,5 g
Salz	0,08 g	< 0,01 g

Der Salzgehalt ist ausschließlich auf die Anwesenheit natürlich vorkommenden Natriums zurückzuführen.

Zutaten: Indische Flohsamenschalen (Plantago Ovata).

Hinweis: Dieses Nahrungsergänzungsmittel ist kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge nicht überschreiten. Bewahren Sie dieses Produkt außerhalb der Reichweite von Kindern auf. Beim Verzehr ist auf eine reichliche Flüssigkeitszufuhr zu achten, da Ballaststoffe Wasser binden und bei zu geringer Flüssigkeitszufuhr zu Darmverschluss führen können. Es sollte ein Abstand von ca. 1 Stunde nach der Einnahme von Arzneimitteln eingehalten werden. Das Nahrungsergänzungsmittel darf nicht bei krankhaften Verengungen der Speiseröhre oder des Magen-Darm-Traktes eingenommen werden.

Lagerhinweis: Kühl und trocken lagern.

Inhalt: 250 g

PZN: 10731644

EAN: 4056500 088204