Kakaonibs, Bio kbA, ungeröstet (Kakaobohnen, geschält, gehackt)

Bio Kakaonibs – 100 % Natur – aus fermentierten Kakaobohnen – kontrolliert biologischer Anbau

Topfruits Kakaonibs in Bioqualität sind purer, herber Kakaogenuss für den Vitalstoffjunkie. Die festen, knackigen Splitter zeichnen sich durch ihren intensiven, köstlich herben Geschmack aus und erinnern an Edelbitter Schokolade mit sehr hohem Kakaoanteil. Deswegen sind unsere Bio Kakaonibs ideal für gesundheitsbewusste Liebhaber dunkler Schokolade. Im Gegensatz zu unseren ganzen Kakaobohnen lassen sich die Splitter besonders praktisch und vielfältig verwenden, da sie bereits zerkleinert sind. Einfach über Müsli, Porridge, Acai Bowls und Co. streuen. Für den perfekten Start in den Tag oder als sinnvolle Alternative zu Schokolade – denn Kakao macht glücklich :)

Vorteile der Topfruits Bio Kakaonibs

Image not found or type unknown
kakaonibs-auf-pancakes

- 100 % natürliche Kakaobohnen in Stücken, ohne Zusätze
- reich an antioxidativen Kakao-Polyphenolen
- Kakaonibs sind praktisch und vielseitig verwendbar, als Snack oder im Frühstücksbrei

Was ist das Besondere an unseren Bio Kakao-Stückchen?

Ungeröstete Kakaonibs für mehr Power und Energie direkt aus der Natur für Körper und Psyche. Topfruits Kakaosplitter werden aus hochwertigem, ungeröstetem Bio Kakao hergestellt. Qualitativ hochwertige Kakaonibs erkennt man daran, dass sie aromatisch und feinherb schmecken. Solche von minderwertiger Qualität sind hingegen säuerlich und schmecken nicht so gut, daher werden sie oft zu Massen-Schokoladen-Produkten weiterverarbeitet. Die Kakao-Bohnen für unsere Bio Kakaonibs werden nur fermentiert und getrocknet, sie enthalten daher noch alle wichtigen Kakao Inhaltsstoffe. Unsere ungerösteten Kakao Nibs sind wahre Vitamin- und Mineralstoffwunder. Sie sind reich an Ballaststoffen, enthalten viele B-Vitamine, sind eine sehr gute Quelle für Eisen, Kalium, Magnesium und Zink und enthalten reichlich zellschützende Antioxidantien. Außerdem liefern Bio Kakaonibs ein breites Spektrum an sekundären Pflanzenstoffen: Anandamid, Tryptophan, Phenylethylamin, Theobromin und Kakao-Polyphenole.

- **Anandamid** ist ein körpereigenes Endorphin, welches auch in Pflanzen wie Kakao vorliegt und – sobald ausgeschüttet – das Glücks- und Wohlbefinden steigert
- Die essentielle Aminosäure **Tryptophan** ist wichtig für die Synthese von Serotonin, welches eine ausgleichende Wirkung auf das psychische Befinden hat
- **Theobromin** ist eine koffeinähnliche Substanz in Kakaonibs, welche anregende Effekte hat und das Nervensystem stimuliert, ihre Wirkung ist allerdings deutlich milder als die von Koffein
- **Phenylethylamin** ist ein Botenstoff und eine Vorstufe des Neurotransmitters Dopamin, welches ebenfalls die Stimmung aufhellen kann
- **Kakao-Flavanole**, welche zu den Polyphenolen zählen, helfen, die Elastizität der Blutgefäße aufrechtzuerhalten und tragen damit zu einem normalen Blutfluss bei.

Bio Kakaonibs gehören zudem zu den Sirtuin aktivierenden Lebensmitteln, auch "Sirtfood" genannt. Sirtuine sind Enzyme, die durch komplexe Mechanismen die Regeneration verbessern können und damit einen Einfluss auf den Alterungsprozess haben. Sirtuin wurde Anfang der 90er Jahre vom bekannten Biologen und Alterstforscher Dr. David Sinclair entdeckt. Informationen zu "sirtuinhaltigen Lebensmitteln" finden Sie im Internet oder in der Literatur.

Verwendungshinweise für naturbelassene Kakaonibs Bio

Unsere Bio Kakaonibs sind ideal zur Herstellung von ungeröstetem Kakaopulver, Schokolade oder einfach so zum Knabbern – aber Vorsicht, bitter :-) Die Kakao-Splitter passen auch sehr gut beispielsweise mit getrockneten Cranberries und Nüssen in einem leckeren Mix für Zwischendurch. Besonders lecker finden wir die Kombination aus Kakaonibs und Banane. Auch im Smoothie sind sie ein wahrer Genuss. Ein Löffel Kakaosplitter ins Müsli oder in Backwaren gibt einen bitter-schokoladigen Touch. Aber Achtung, wenn Sie die Bio Kakaonibs mit normaler Kuhmilch essen. Denn dann geht der Wert der Antioxidantien weitgehend verloren, weil diese an das Milcheiweiß gebunden werden. Besser, Sie verwenden pflanzliche Milchalternativen. Selbstverständlich können Sie mit den Kakaostücken auch backen, dabei schmelzen die Stückchen und machen Kuchen, Muffins oder Pfannkuchen angenehm schokoladig. Tipp für Mutige: Bio Kakaonibs zu herzhaften oder scharfen Gerichten wie Chili oder Curry.

Rezept mit Kakaonibs: Mandel-Bananen-Smoothie

Image not found or type unknown
rezept-kakaonibs-mandel-bananen-smoothie

Zutaten für 2 Portionen:

- 2 Bananen
- 4 EL Mandelmus
- 120 ml Pflanzendrink (empfohlen Mandeldrink)
- 2 EL Agavendicksaft
- 1 TL Zimt
- 2 EL Kakaonibs

Zubereitung:
Bananen schälen und in grobe Stücke schneiden. Bananenstücke, Mandelmus, Pflanzendrink, Agavendicksaft und Zimt in einen Mixer geben und fein pürieren. Kakaonibs unter den Smoothie rühren und auf 2 Gläser verteilen. Gegebenenfalls mit ein paar Kakaonibs bestreuen.

Wissenswertes zu Bio Kakaonibs

Warum sind Bio Kakaonibs pur besser als Schokolade?

Unsere zerkleinerten Kakaobohnen (Nibs) sind ein echtes Naturprodukt und eine sinnvolle Alternative zu industriellen Schokoladentafeln. Schokolade wird industriell stark verarbeitet. Sie enthält meist nur in geringen Mengen Kakao, es überwiegen die fetthaltige Kakaobutter, Zucker und Milch bzw. Milchpulver. Deswegen schmeckt Schokolade auch süß, Rohkakao hingegen zartbitter und herb. Im Gegensatz zum Kakao in Schokolade werden unsere Bio Kakaonibs nicht geröstet, sind also ungeröstet. Dank ihrer Naturbelassenheit sind die puren Kakaostücke im Gegensatz zu Schokolade härter bzw. fester und müssen mehr gekaut werden. Dafür enthalten Kakao Nibs deutlich mehr Ballaststoffe – und das trotz deutlich weniger Kohlenhydrate und Zucker.

Kakaonibs entstehen aus ganzen Kakaobohnen

Schokolade wächst nicht an Bäumen – die Kakao-Bohnen für unsere Bio Kakaonibs schon. Kakaobäume (*Theobroma cacao*) werden in der Regel zwischen 5 und 10 Metern hoch und haben große, spitz zulaufende Blätter. Weil die Bäume lichtempfindlich sind, werden auf Kakaoplantagen immer zusätzlich "Kakaomütter" gepflanzt, es handelt sich dabei um größere Baumarten (z.B. Mangobäume oder Kokospalmen), die sonnenverwöhnt am besten gedeihen und den Kakaobäumen Schatten spenden. Die ca. 20 – 30 cm langen Kakaofrüchte wachsen direkt am Stamm, diese sind je nach Sorte und Reifestadium gelb, orange oder rot. Bei den Kakaobohnen handelt es sich um die Samen der Kakaofrüchte. Sie sind von einem hellen, süßlichen Fruchtfleisch umgeben, welches die Kerne schützt. In jeder Frucht sitzen zwischen 25 und 50 Kakaobohnen - aus diesen werden unsere Kakaonibs Bio hergestellt.

Herkunft und Anbau von Kakaonibs

Herkunft und Tradition von Kakao

Kakaonibs-aus-Bio-Anbau

Kakaopflanzen wachsen in vielen tropischen Regionen der Erde, z.B. Afrika und Südamerika. Erstmals entdeckt wurden sie in den südamerikanischen Urwäldern. Dort wurden die Kakaosamen von den Azteken schon seit vielen tausend Jahren als Genussgetränk zubereitet. Das kräftige Getränk nannte sich Xocólatl, was so viel bedeutet wie "Bitterwasser" – von dieser Bezeichnung leitet sich der heutige Name "Schokolade" ab. Die kleinen Samen waren früher von sehr großem Wert, wurden von den Einheimischen als "braunes Gold" gehandelt und dienten sowohl als Zahlungsmittel als auch als Opfergabe. Der Botaniker Carl von Linné gab den Cacaobohnen deshalb den Namen "Theobroma", was übersetzt "Speise der Götter" heißt. Im 16. Jahrhundert wurde der Kakao erstmals nach Europa eingeführt und verbreitete sich von dort aus in die ganze Welt - als Pulver oder in Form von Kakaonibs.

Anbau, Ernte & Verarbeitung unserer Bio Kakao Nibs

Für unsere Kakaonibs werden öko Kakaobohnen der Sorte Criollo verwendet. Sobald die Früchte reif sind, schlagen die Bauern sie mit großen Messern vom Baum. Dann werden die Samen aus der Pulpe entfernt und gründlich gereinigt. Anschließend werden sie geschützt gelagert, dabei kommt auf natürliche Weise die Fermentation in Gange, ein natürlicher Gärungsprozess, welcher den Kakaobohnen ihre typische dunkelbraun bis schwarze Farbe und den kräftigen Geschmack verleiht. Danach wird der Kakao bei möglichst niedrigerer Temperatur getrocknet, sodass die Kakaosplitter ihre wertvollen natürlichen Inhaltsstoffe weitestgehend behalten. Nach dem Trocknungsprozess werden die Kakaobohnen zu praktischen Stückchen verarbeitet bzw. verkleinert – fertig sind unsere Bio Kakaonibs. Es werden keine weiteren Zutaten wie raffinierter Zucker oder Zusatzstoffe hinzugefügt – mit unseren Kakao-Stückchen kaufen Sie pure Natur!

Weiterführende und ergänzende Literatur rund um Kakao

Interessante Infos zum besonderen Wert der Vitalstoffe in Kakao finden Sie in dem Bestseller von Prof. Dr. med. Richard Beliveau - **Krebszellen mögen keine Himbeeren**. Gibt es auch hier bei uns im Shop.

Allgemeine Hinweise zu Topfruits Bio Kakao Nibs

Zutaten: 100 % Kakaostücke* der Sorte Criollo – *aus kontrolliert biologischem Anbau
Lagerung: Kühl und trocken, vor Hitze und Feuchtigkeit unbedingt schützen. In einem dicht schließenden Behälter
Verpackung: PP-Beutel, 1 kg im Vakuumbeutel

Zum Produkt

Nährwertangaben zum Produkt "Kakaonibs, Bio kbA, ungeröstet (Kakaobohnen, geschält, gehackt)"

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	2437 kj
Brennwert kcal	585 kcal
Fett	51.6 g
davon gesättigte Fettsäuren	30.2 g
Kohlenhydrate	6 g
davon Zucker	1.5 g
Ballaststoffe	23.4 g
Eiweiß	12.4 g
Salz	0.15 g

Zusätzliche Informationen

Die Nährwerte der Bio Kakao Nibs unterliegen natürlichen Schwankungen.