

Konjakmehl, fein gemahlen, top Quellfähigkeit 36000 cps, Amorphophallus konjac, Teufelszunge

Konjakmehl (*Amorphophallus konjac*, Teufelszunge) – Premium Qualität – Konjak Glucomannan

Beste Qualität und Quellfähigkeit dank mindestens 85 % Glucomannan und einer Viskosität von 36000 cps. Geschmacksneutral.

100 % natürliches Konjakmehl aus der fein vermahlene Konjakwurzel - beste Qualität und hohe Quellwirkung dank mindestens 85 % Glucomannan. Konjak Pulver wird in der asiatischen bzw. japanischen Küche verwendet. Es enthält Kohlenhydrate, die zu 75 % unverdauliche Ballaststoffe sind. Bereits eine kleine Menge des Konjak-Glucomannan, angerührt mit Wasser oder einer anderen Flüssigkeit, reicht für eine geleeartige Konsistenz und Eindickung. Wenn man Konjakpulver-Ballaststoffe zusammen mit 1 - 2 Gläsern Wasser vor dem Essen zu sich nimmt, dann sorgt die enorme Wasserbindfähigkeit für ein Aufquellen im Darm, was zu einem anhaltenden Sättigungsgefühl führt, ohne dass man damit nennenswert Kalorien aufnimmt. Unser Konjak Mehl hat nur ca. 180 kcal pro 100g. Bereits eine Messerspitze voll reicht, um 200 ml Wasser in ein dickes, geschmacksneutrales Gel zu verwandeln. Dank dieser besonderen Eigenschaften findet Konjak-Glucomannan oft Verwendung in Schlankheitsprodukten und ist die ideale Unterstützung für Ihre Diät. Außerdem eignet sich Konjakmehl als natürliches Verdickungsmittel oder Ei-Ersatz in der Küche und bei der Kosmetikerherstellung, etwa für Gels und Salben.

Vorteile von Topfruits Konjakmehl auf einen Blick

konjakwurzel-pulver-konjakmehl

- 100 % Natur & extra fein vermahlen
- hoher Anteil an unverdaulichen Ballaststoffen
- unterstützt bei täglicher Einnahme von 4 g die Aufrechterhaltung eines normalen Blut-Cholesterin-Spiegels
- hilft bei Diäten im Rahmen der Gewichtsreduzierung

Besonderheiten von Konjak Mehl und warum es so beliebt ist

Konjakmehl ist ein natürliches Nahrungsmittel, welches zu 75 % aus unverdaulichen Kohlenhydraten besteht. Das Besondere an der Konjakwurzel sind die enthaltenen Glucomannane. Es handelt sich dabei um bestimmte Polysaccharide mit quellenden und filmbildenden Eigenschaften. Glucomannan trägt im Rahmen einer kalorienarmen Ernährung zu Gewichtsverlust bei und hilft bei der Aufrechterhaltung eines normalen Cholesterinspiegels im Blut. Konjak Mannan wird insbesondere in Japan in der Lebensmittelindustrie genutzt. Aber auch in der EU ist es unter dem Namen "E 425(i)" als offizieller Lebensmittelzusatzstoff anerkannt. Dank seiner Konjak-Glucomannane verfügt Konjak-Pulver über Volumen erzeugende Eigenschaften und kann etwa das 200-fache seines Volumens an Flüssigkeit aufnehmen. Das ist deutlich mehr als zum Beispiel bei Flohsamen. Aufgrund dieser Faktoren wird Konjak Pulver sehr geschätzt, während der Geschmack eher zweitrangig ist. Unser Konjakmehl ist zu 100 % ein Naturprodukt und kommt ohne künstliche Zusatzstoffe aus – es handelt sich zu 100 % um die gemahlene Wurzel der Konjakpflanze.

Verwendungshinweise für Konjakmehl

konjak-pulver-und-konjakmehl

Konjakwurzel Mehl ist eine natürliche vegane und glutenfreie Nahrungsergänzung, die Sie als natürliches Sättigungsmittel sinnvoll bei Ihrer Gewichtsabnahme bzw. Diät unterstützen kann. Ähnlich wie Flohsamenschalen kann Konjac Mehl als Quellmittel zu einem größeren Sättigungsgefühl führen. Nehmen Sie hierfür 2 x täglich 2 g Konjakmehl vor den Mahlzeiten mit je 200 ml Wasser zu sich. 4 g entsprechen in etwa einem gestrichenen bis leicht gehäuften Teelöffel. Um die Quellwirkung zu gewährleisten, trinken Sie dazu ausreichend Flüssigkeit. Am besten eignet sich stilles Wasser. So gehen Sie auch sicher, dass das Pulver in den Magen gelangt.

Das Konjakmehl kann bei allen Speisen verwendet werden, die man eindicken oder abbinden möchte - egal ob warm oder kalt. So bietet es als natürliches Verdickungsmittel eine gute Alternative zu Speisestärke. Shakes, Joghurts, Drinks oder Suppen lassen sich mit Konjakwurzelpulver schnell und einfach eindicken. Beginnen Sie am besten mit einer kleineren Menge Konjakmehl (z.B. für Soßen 1/2 TL) und steigern Sie dann die Menge, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist - nicht, dass die Speise zu fest wird. Auch kalorienarme Nudeln oder kohlenhydratfreie Puddings und Fruchtgelees können Sie damit herstellen. Ein Rezept für glutenfreie und basische Konjakwurzel Nudeln finden Sie in unserem Rezepte-Reiter.

Das Mehl der Konjakwurzel wird in der Nahrungsmittelindustrie, besonders in Asien, bereits seit langem als Lebensmittelzusatzstoff verwendet. In der EU wird es unter der Nummer E425(i) geführt. Die EU hat die Verwendungen von Konjak-Glucomannan für die Nahrungsmittelherstellung auf 10 g / kg begrenzt. Die alternative Einnahmeform zum fein gemahlene Konjakmehl sind die Topfruits [Konjakmehl Kapseln](#). Sie enthalten das genau gleiche Pulver, gewonnen aus der Konjakwurzel, in praktischer Kapselform.

Konjakmehl als veganes Bindemittel und Ei-Ersatz

Glucomannan Pulver ist ein ideales veganes und glutenfreies Bindemittel. Es kann als Ersatz für Mehle, Stärken und Geliermittel beim Eindicken von Flüssigem, wie Eintöpfen, Saucen und Suppen, verwendet werden. Um eine Kloßbildung zu vermeiden, sollte das Konjak Pulver allerdings nicht direkt in die heißen Speisen gegeben werden. Besser ist es, das natürliche Bindemittel in etwas kalter Flüssigkeit anzurühren und die Mischung dann direkt unter ständigem Rühren in die heiße Flüssigkeit zu geben. Wer seinen Teigen aus Saatmehl eine ähnliche Konsistenz wie herkömmliche Backwaren geben möchte, der kann ebenfalls zu Konjakmehl als Bindemittel greifen. Hierfür werden einfach 1-2 Teelöffel Konjakwurzel Pulver mit 50 ml Wasser verrührt und anschließend zum Teig gegeben. Beim Backen können Sie das Konjakmehl zudem als veganer Ei-Ersatz nutzen. Um ein Ei zu ersetzen, verrühren Sie einfach 1 Teelöffel Konjac Mehl mit 5 Teelöffel Wasser und geben den Eiersatz dann zu Ihren restlichen Zutaten hinzu. Ein interessantes Video für ein Rezept mit Konjakmehl finden Sie hier:

<https://www.youtube.com/watch?v=hJ3pfgaqXHc>

Wissenswertes zu Konjakmehl und Konjakwurzel

Botanische Informationen zur Konjakwurzel

Die Konjakwurzel – auch Teufelszunge oder Tränenbaum genannt – gehört zur Pflanzengattung Amorphophallus und ist verwandt mit der Titanwurz. Sie erreicht eine durchschnittliche Höhe von ca. 1 – 2 Metern. Ihre Blütezeit erstreckt sich von Juli bis

Example Company

August. Die Blüten sind von dunkelroter Farbe und strömen einen unangenehmen Geruch aus. Während dieser Zeit erwärmt sich die Pflanze und bildet Flüssigkeitströpfchen aus. Dieser natürliche Vorgang wird als "Schwitzen" bezeichnet und ist verantwortlich für die Bezeichnung "Tränenbaum". Aus dem bis zu 25 cm großen, fleischigen Rhizom der Konjakpflanze wird Konjak Wurzelpulver hergestellt. Die geruchs- und geschmacksneutrale Knolle besteht zu einem großen Teil aus unverdaulichen Ballaststoffen.

Herkunft und Tradition der Konjakpflanze

Die Heimat der Konjakwurzel liegt im Flachland der südostasiatischen Tropen und Subtropen. Einige Quellen geben als ursprüngliches Herkunftsland Vietnam an. Heutzutage wächst die Teufelszunge aber auch in Japan, China und Indonesien. In Deutschland wurde die Pflanze 1858 erstmals durch den Botaniker Karl Heinrich Emil Koch beschrieben. Die Pflanze gedeiht am liebsten in einer Höhe von 600 bis 2500 Metern. Am besten gefällt es ihr halbschattig am Waldrand oder auf Lichtungen innerhalb eines Waldes. Der Boden sollte lehmig bis tonig sein. Das beste Klima für optimales Wachstum sind durchschnittlich 16 °C bezüglich der Tages- und Nachttemperatur.

Allgemeine Informationen Topfruits Konjakmehl

Zutaten: 100 % Konjakwurzel getrocknet, gemahlen

Lagerung: Kühl, trocken und dunkel, in dicht schließendem Behälter

Verpackung: Standbodenbeutel

Hinweis: Die auf dem Produktbild gezeigte Verpackung und Etikett stellen lediglich ein Muster dar. Die genauen Angaben, Werte und Informationen zum Produkt entnehmen Sie bitte der Beschreibung.

[Zum Produkt](#)

Nährwertangaben zum Produkt "Konjakmehl, fein gemahlen, top Quellfähigkeit 36000 cps, Amorphophallus konjac, Teufelszunge"

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	744.5 kj
Brennwert kcal	177.9 kcal
Fett	0.2 g
Kohlenhydrate	0.2 g
Ballaststoffe	93.0 g
Eiweiß	1.33 g
Natrium	0.29 g