Basis Ballaststoff Mix - 100% natürliche Pulvermischung, ungesüßt, vegan, vielseitig verwendbar

Basis Ballaststoff-Mix mit 60% pflanzlichen Ballaststoffen, gut für die Verdauung und Darmflora, natürlich ungesüßt, ohne Farb- und Konservierungsstoffe

Neutral in Farbe und Geschmack lässt sich diese Ballaststoff-Mischung als Wert erhöhende Zutat sehr vielseitig in der Küche verwenden. Ihr Müsli oder Ihren Smoothie können Sie gleichermaßen wie Ihr Lieblings-Backrezept mit diesem ungesüßten Ballaststoffmix auf einfache und natürliche Weise mit wertvollen Ballaststoffen anreichern. Unser neuer Basis Ballaststoff Mix ist genau das Richtige für alle, die das Beste aus der Natur in einem NÜTZLICHEN Ballaststoffpulver suchen. **MEHR Ballaststoffe sind der ultimative Tipp für eine bessere Verdauung und mehr Wohlbefinden. Ihre Verdauung und Ihre Darmflora wird es Ihnen danken! :-)**

Der Topfruits Ballaststoffmix Basis besteht aus einer fein abgestimmten Rezeptur, die auf einen sehr hohen Ballaststoffgehalt aus 100% natürlichen Zutaten besteht. Mit dieser Pulvermischung bereiten Sie im Nu z. B. ein leckeres Getränk, das extra viele Ballaststoffe liefert und dabei lecker schmeckt. **Mit einem beeindruckenden Ballaststoffgehalt von über 60% stellt dieses Pulver viele handelsübliche Produkte in den Schatten**, die als ballaststoffreich bezeichnet werden. Grundlage der Rezeptur sind Ballaststoffe aus Akazienfaser und Inulin. Ergänzt wird die Rezeptur durch gemahlene Bio-Flohsamenschalen und Mehl aus gekeimten Bio-Leinsamen. Süße kommt alleine aus ballaststoffreichem Karottenpulver. **Dieses Getränkepulver lässt sich je nach Belieben ideal in einem Pflanzenmilchdrink oder unter das morgendliche Frühstück gemengt, genießen.**

Basis Ballaststoffmix - Die Kraft der Ballaststoffe

Aber was genau macht Ballaststoffe für unsere Gesundheit so wichtig? Ballaststoffe sind essenzielle Bestandteile einer vollwertigen Ernährung. Hier finden Sie einige wichtige Funktionen und Eigenschaften von Ballaststoffen in der Nahrung.

- **Verdauungsförderung:** Ballaststoffe unterstützen eine gesunde Darmtätigkeit und helfen, Verstopfungen vorzubeugen.
- **Sättigungsgefühl:** Eine ballaststoffreiche Ernährung sorgt dafür, dass Sie sich länger satt fühlen, was wiederum beim Gewichtsmanagement helfen kann.
- **Blutzuckerkontrolle:** Ballaststoffe können den Anstieg des Blutzuckerspiegels nach den Mahlzeiten verlangsamen.
- **Cholesterinspiegel:** Einige Ballaststoffe sind bekannt dafür, den LDL-Cholesterinspiegel zu senken.
- **Gesunde Darmflora aufbauen und nähren:** Mithilfe von Prä- und Probiotika kann man eine gesunde Darmflora aufbauen, die sich positiv auf unsere Gesundheit auswirkt. Lösliche und unlösliche Ballaststoffe nähren die guten Darmbakterien im Dickdarm, welche wiederum für die Produktion bestimmter physiologisch günstiger Säuren verantwortlich sind, wie Milchsäure und Propionsäure

  Probiotika und Präbiotika: Gesunde Darmflora aufbauen | NDR.de - Ratgeber - Gesundheit

Die meisten Menschen in Deutschland konsumieren VIEL zu wenig Ballaststoffe

Ihre Verdauung ist vielleicht mehr wie alles andre entscheidend für Ihr Wohlbefinden. Das Geschehen im Darm steht in direkter Verbindung mit unserem Gehirn und unserer Psyche, aber auch 70% unserer Immunzellen befinden sich im Darm. Verstopfung, Durchfall oder Reizdarm, sind Zeichen, dass mit Ihrem Darm etwas nicht stimmt. **In der modernen Ernährung fehlen vor allem drei Dinge: Ballaststoffe, fermentierte Lebensmittel und Bitterstoffe.** Unsere Vorfahren sind durch Ballaststoff- bzw. Faserstoffreiche pflanzliche Lebensmittel problemlos auf eine Ballaststoffzufuhr von 100 g am Tag gekommen, während der "moderne" Mensch Mühe hat auf die von den Experten geforderten 30 g am Tag zu kommen! Wenn Ihnen dieser Sachverhalt bisher nicht bewusst war, dann haben Sie hier den Schlüssel für eine nachhaltige Verbesserung Ihrer Gesundheit.

Basis Ballaststoffmix - natürlicher geht's nicht

Zurück zu unserem Drink: Ein Hauptmerkmal, das den Topfruits Ballaststoffdrink von vielen anderen unterscheidet, ist das Fehlen unnötiger oder künstlicher Zusätze. Alles, was Sie hier finden, ist reine Natur und hat aus gesundheitlicher Sicht seinen Sinn in der Rezeptur. Je nach verwendeter Pulvermenge ist der fertige Drink flüssiger oder cremiger und liefert mehr oder weniger Ballaststoffe. 2 EL Ballaststoffdrink auf ca. 250ml Wasser oder Pflanzendrink (Mandel, Soja, Cashew etc.) sind ein gutes Maß für einen leicht cremigen Drink.

Fazit: Mehr Gesundheit muss nicht kompliziert sein

Mit unserem natürlichen Ballaststoffdrink aus Inulin, Leinsamen und Karotte bringen Sie Ihren Körper in Schwung und tun gleichzeitig etwas Gutes für Ihre Gesundheit. Bereits mit einem Glas Topfruits Ballaststoffdrink Basis decken Sie über 40% der offiziell empfohlenen Tagesmenge an Ballaststoffen. Es gibt keine Tageshöchtmenge für das natürliche Pulver, wenn Sie mehr für Ihre Gesundheit tun möchten, spricht nichts dagegen, dass sie vor jeder Mahlzeit ein Glas unseres Ballaststoffdrinks geniessen. Vor allem dann, wenn Sie ansonsten eher ballaststoffarme Lebensmittel konsumieren. **Probieren Sie es aus und spüren Sie den Unterschied einer ballaststoffreicheren Ernährung!**

TOP: Mit einem Glas Basis Ballaststoffmix gemischt mit Pflanzenmilch decken Sie bereits über 40% der empfohlenen Tagesmenge an Ballaststoffen. Das ist Top! - bei der heute im Allgemeinen viel zu ballaststoffarmen Ernährungsweise.

Verwendung Basis Ballaststoffpulver

Für einen leckeren Ballaststoffdrink mixen Sie einfach 20 g der Mischung mit 250 ml Wasser oder Pflanzenmilch und genießen ihn nach dem Sport oder zwischendurch. Ideal ist es auch VOR dem Essen Ballaststoffe zu sich zu nehmen, das sorgt für einen langsameren Anstieg des Blutzuckerspiegels. **Sie können das Ballaststoffpulver, aber auch als Ergänzung in selbst gemachten Smoothies** oder als Zutat in Müsli und Frischkornbrei verwenden. Selbstgemachte Brotaufstriche, zum Beispiel mit Roter Bete, lassen sich mit unserem Basis Ballaststoffdrink schnell und einfach verfeinern. Auch als Zugabe zu roten Fruchtdesserts eignet sich das rein natürliche Ballaststoffpulver.

Allgemeine Hinweise zu Topfruits Basis Ballaststoffmix

Zutaten: Karotte gemahlen, Inulin aus Zichorienwurzeln, Bio-Leinsamen gekeimt gemahlen, Akazienfaser (Gummi arabicum) gemahlen, Bio Flohsamenschalen gemahlen
Lagerung: kühl und trocken lagern, in einem dicht schließenden Behälter

Zum Produkt

Nährwertangaben zum Produkt "Basis Ballaststoff Mix - 100% natürliche Pulvermischung, ungesüßt, vegan, vielseitig verwendbar"

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	1165.3 kj
Brennwert kcal	284.3 kcal
Fett	9.3 g
davon gesättigte Fettsäuren	0.7 g
Kohlenhydrate	32.1 g
davon Zucker	10.3 g
Ballaststoffe	61.3 g
Eiweiß	6.8 g
Salz	0.4 g