

# Bonatum Gemahlener Goldener Flachs 250 g



Preis: 2,12 €

## Beschreibung im Wörterbuch

Einheitspreis	250 g
Form	Pulver
Inhalt	250 g
Kategorie	Diätetische Lebensmittel
Marke Hersteller	MEDICINAE SP. Z O.O.
Versand	in 24h

## Produktbeschreibung

**Merkmale** Gemahlene Leinsamen. Gemahlene Leinsamen ermöglichen eine vereinfachte Zubereitung von Leinsamenbrei und eine bessere Freisetzung der Nährstoffe. Sie zeichnen sich durch ihren hohen Ballaststoffgehalt aus; sie erleichtern die Gewichtskontrolle, wirken sich günstig auf die Verdauung und die Darmfunktion aus. **Empfohlene Verzehrmenge** Einen gehäuften Teelöffel gemahlene Leinsamen (ca. 5 g) mit 150 ml frisch gekochtem Wasser oder Milch (ca. 3 Tassen) übergießen. Etwa 1 Minute lang kräftig rühren, bis es leicht eindickt. Nach dem Abkühlen verzehren. Die angegebene positive Wirkung tritt ein, wenn zwei (2) Mal täglich eine Portion Haferschleim verzehrt wird, was etwa 10 g gemahlener Leinsamen entspricht. Gemahlener Leinsamen kann auch Suppen, Soßen, Broten, Frühstücksflocken, Obst, Säften, Joghurt oder Honig zugesetzt werden. **Zutaten** Gemahlene Leinsamen (100%), durch Abschöpfen gewonnen. Das Produkt kann Gluten enthalten.