



Beipackzettel online - ein Service Ihrer Versandapotheke mycare.  
Pharmazeutische Fachkräfte unserer Apotheke beraten Sie gern zu Fragen  
rund um das Produkt - per E-Mail: [service@mycare.de](mailto:service@mycare.de) oder per Telefon:  
0800-8770120 gebührenfrei. Alle Informationen: [www.mycare.de](http://www.mycare.de)

[Zum Produkt »](#)

## Produktinformation

PZN 09213677

### Flohsamenschalen gemahlen Flosano®

- ✓ ballaststoffreich
- ✓ hohes Quellvermögen
- ✓ geschmacksneutral

Aurica® Flohsamenschalen sind die Samenschalen des Indischen Flohsamens (*Plantago ovata*). Sie zeichnen sich durch ihren von Natur aus hohen Gehalt an löslichen Ballaststoffen und hohem Quellvermögen aus. Flohsamenschalen gemahlen eignen sich ideal zur Aufwertung einer oftmals ballaststoffarmen Ernährung.

**Zutaten:** Indische Flohsamenschalen, gemahlen

**Verzehrempfehlung:** 1-2-mal täglich 1 Teelöffel (1 TL ca. 7 g) in reichlich Flüssigkeit (mindestens 250 ml) z.B. Wasser oder Saft einrühren und sofort trinken. Danach noch ein weiteres Glas Flüssigkeit nachtrinken.

Flohsamenschalen gemahlen sind geschmacksneutral und können somit zum Eindicken von Speisen (z. B. Frucht pudding) verwendet werden. Zur Ballaststoffanreicherung eignen sie sich hervorragend als Zutat zum Backen von Brot und Backwaren.

**Hinweis:** Beim Verzehr von Ballaststoffen ist es wichtig, täglich auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr von 1-2 Liter zu achten.

<b>Nährwerte</b>	ø pro 100 g	ø pro Portion 1 TL (7 g)
Energie	986 kJ (241 kcal)	69 kJ (17 kcal)
Fett	3,4 g	0,2 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,5 g	< 0,1 g
Kohlenhydrate	10,2 g	0,7 g
davon Zucker	3,0 g	0,2 g
Ballaststoffe	70,5 g	4,9 g
Eiweiß	7,3 g	0,5 g
Salz	0,1 g	< 0,01 g

Die Analysedaten sind Durchschnittswerte und unterliegen den bei Naturprodukte üblichen Schwankungen. Diese Packung enthält ca. 43 Portionen.

**Inhalt:** 300 g

**Hinweis:** Kühl und trocken lagern, nach Anbruch wieder gut verschließen und zügig aufbrauchen.

**Status:** Lebensmittel

EAN 4016328009430

**Inverkehrbringer:**

Aurica Naturheilmittel und Naturwaren GmbH . Kochstraße 3-5 . 66763 Dillingen . info@aurica.de.

www.aurica.de

Stand der Information 01/2023