Baobabfruchtpulver (Affenbrotbaum, Adansonia digitata), Bio, 100 % naturbelassen

Bio Baobab Fruchtpulver (Affenbrotbaum, *Adansonia digitata*) – 100 % naturbelassen – Rohkostqualität ballaststoff- und nährstoffreich

Topfruits Bio Baobab Fruchtpulver ist ein 100 % natürliches Produkt aus dem Mark der Früchte des afrikanischen Affenbrotbaums. Das Baobab-Fruchtpulver zeichnet sich durch seinen hohen Gehalt an Ballaststoffen, Vitamin C und wichtigen Mineralstoffen aus. Als echtes Naturprodukt besteht unser Rohkost Bio Baobab-Pulver aus gemahlenem Baobab-Mark und kommt ohne künstliche Zusatzstoffe aus. Das feine, fast weiße Pulver hat einen süß-säuerlichen, frischen, leicht zitronigen Geschmack. Ob in Smoothies, Porridge, Obstsalat oder auch herzhaften Gerichten - das Baobab Fruchtpulver bietet vielfältige Verwendungsmöglichkeiten. Unser reines Baobab Pulver wird aus dem Mark der Baobab Fruchtkapseln hergestellt. Die Baobab-Früchte sind aus kontrolliert biologischen Wildsammlungen. Während des Herstellungsprozesses wird eine Temperatur von 40 °C nicht überschritten, sodass die Rohkost-Qualität und ein möglichst großes Spektrum an Pflanzeninhaltsstoffen erhalten bleibt. Mit dem Topfruits Baobab Pulver kaufen Sie ein völlig natürliches und außergewöhnliches Lebensmittel aus dem Fruchtmark des Affenbrotbaumes.

Vorteile des Topfruits Baobabfruchtpulvers auf einen Blick

- **100 % naturreines Baobab-Pulver** aus Baobab-Fruchtmark
- **hoher Ballaststoffgehalt** - unterstützt eine normale Verdauung
- **hoher Vitamin-C-Gehalt,** das verschiedene Körperfunktionen unterstützt
- **enthält wertvolle Mineralstoffe,** wie Calcium, Eisen, Kalium und Magnesium
- **vielseitig in der Küche einsetzbar,** von süßen bis herzhaften Gerichten
- **Mild-fruchtiger Geschmack** - angenehm säuerlich & erfrischend

Besondere Inhaltsstoffe des Topfruits Bio Baobab Pulver

Rohes Baobab Fruchtpulver bietet ein breites Spektrum an Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen und sichert Ihre tägliche Ballaststoffversorgung. Es ist besonders reich an Vitamin C und eine gute Quelle für Kalium, Eisen, Magnesium und Calcium. Baobab Pulver besteht zu 45 Prozent aus Ballaststoffen mit der idealen Kombination von 50 Prozent löslichen zu 50 Prozent unlöslichen Faserstoffen. Darunter findet sich viel Pektin (23 %). Der hohe Ballaststoffgehalt ist besonders bemerkenswert, da unsere westliche Ernährung meist nur wenige Ballaststoffe enthält. Schon 10 g Fruchtpulver enthalten in etwa dieselbe Menge Ballaststoffe wie eine Scheibe Vollkornbrot. Die löslichen als auch die unlöslichen Ballaststoffe sorgen für den Aufbau einer gesunden Darmflora. Unlösliche Faserstoffe erhöhen das Darmvolumen, beugen Verstopfung vor und steigern das Sättigungsgefühl, was bei der Erreichung oder Erhaltung des Wunschgewichts wichtig sein kann. Für Vegetarier und Menschen mit einer Laktoseintoleranz kann Baobabpulver wegen seines Eisen- und Kalziumgehalts zudem eine wertvolle Nahrungsergänzung darstellen.

- **Vitamin C:** Trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei und unterstützt einen normalen Energiestoffwechsel. Zudem hilft Vitamin C, Müdigkeit und Ermüdung zu verringern.
- **Ballaststoffe:** Unterstützen eine normale Verdauung und fördern ein langanhaltendes Sättigungsgefühl.
- **Kalium:** Trägt zur normalen Funktion des Nervensystems und der Muskeln bei und unterstützt die Aufrechterhaltung eines normalen Blutdrucks.
- **Calcium:** Wichtig für die Erhaltung normaler Knochen und Zähne und trägt zu einer normalen Muskelfunktion bei.
- **Magnesium:** Trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei und unterstützt das Elektrolytgleichgewicht sowie eine normale Funktion des Nervensystems.
- **Eisen:** Trägt zu einer normalen kognitiven Funktion und einem normalen Energiestoffwechsel bei und unterstützt die Bildung von roten Blutkörperchen und Hämoglobin.

Verwendung von Baobab Fruchtpulver

Unser praktisches Baobab-Pulver ist ein vielseitiger und praktischer Begleiter in der Küche. Als natürliches Binde- und Verdickungsmittel kann es in Dressings, Saucen, Suppen oder Shakes eingesetzt werden. Am meisten profitieren Sie vom gesundheitlichen Wert, wenn Sie das Pulver **in der kalten Küche** nutzen oder nur leicht erwärmen bzw. zum Ende der Garzeit über warme Gerichte verwenden. Wir empfehlen einen **täglichen Verzehr von 5 bis 15 g**. Wie bei anderen ballaststoffreichen Lebensmitteln, ist eine gleichzeitige ausreichende Versorgung mit Flüssigkeit sehr wichtig für das Wohlbefinden. Besonders gut lässt sich das Baobab Fruchtpulver in **süßen Speisen**, wie Obstsalat, Desserts, Cremes oder auch selbstgemachtem veganem Eis, verwenden. Das pure Baobab Pulver kann auch einfach in Müsli, Porridge, Quark oder Säfte gemischt werden. Smoothies aus frischen Früchten lassen sich ebenfalls ideal mit dem fruchtigen Pulver kombinieren. In cremigen Speisen kann das Bio

Smoothie mit Baobab Fruchtpulver

Topfruits

Baobab Pulver die Luftigkeit weiter fördern. Auch für **Vorspeisen oder Hauptgerichte** lässt sich das Superfood verwenden. So bringt Baobab-Fruchtpulver in Salatdressings ohne Essig eine leichte säuerliche Note. Auch Suppen können damit ergänzt werden. In Rezepten mit Fisch oder Meeresfrüchte kann es Soßen eine süße Note verleihen. Selbst **Kuchen** sowie **Brot und Brötchen** können durch die Verwendung von Baobabpulver aufgewertet werden. Ein Rezept für Baobab-Brötchen sowie weitere **Rezept-Vorschläge finden Sie unter "Rezepte".** Lassen Sie sich inspirieren!

Rezepttipp: Baobab Müsli mit Datteln und gefriergetrockneten Himbeeren

Zutaten:

- 1 EL Baobab Fruchtpulver
- 25 g Haferflocken
- 30 g Datteln, entsteint und in kleine Stücke geschnitten
- 100 ml heißes Wasser
- 1 kleine Handvoll getrocknete Maulbeeren
- 1 Handvoll gefriergetrocknete Himbeeren

Zubereitung:

1. Vermischen Sie Fruchtpulver, Haferflocken, Datteln und Maulbeeren gut miteinander.
2. Geben Sie anschließend das heiße Wasser darüber und lassen Sie das Müsli einige Stunden, am besten über Nacht, im Kühlschrank quellen.
3. Kurz vor dem Servieren die gefriergetrockneten Himbeeren dazugeben.

Wissenswertes zu Baobab Fruchtpulver

Der Affenbrotbaum und seine Früchte

Der Baobab oder Affenbrotbaum gehört zu den Malvengewächsen und ist im Herzen Afrikas heimisch. Baobab Bäume haben einen dicken Stamm mit grau-brauner Rinde und verzweigten Ästen, die an Wurzeln erinnern. Aus dem Fruchtknoten entwickeln sich die 25 – 50 Zentimeter langen Früchte, aus denen unser Baobab Fruchtpulver entsteht. Die harte Schale der reifen Baobab Fruchtschoten hat eine grau-braune Farbe. Baobab Fruchtfleisch bzw. Mark ist weiß und die Konsistenz ist trocken bis mehlig.
Von den Einwohnern Afrikas wird der Affenbrotbaum seit jeher als Nahrungsquelle und Medizinbaum benutzt. Baobab-Fruchtmark wird in Afrika für Getränke, Brei, Saucen und andere Speisen verwendet. **In der traditionellen afrikanischen Volksmedizin wird nahezu jeder Teil des Baobab-Baumes verwendet.** Die Früchte werden zum Beispiel gegen Infektionen und Krankheiten wie Pocken oder Masern eingesetzt. Die Baobab-Blätter werden vor allem bei Magen-Darm-Beschwerden, wie Koliken, Durchfall und Magen-Darm-Entzündungen eingenommen. Die Samen des Baobabbaumes werden bei Zahnschmerzen, Herzmittel, Infektionen der Leben und Malaria-Erkrankungen benutzt.

Jetzt Topfruits Bio Baobab Fruchtpulver kaufen & natürliche Nährstoffpower genießen!

Erleben Sie die einzigartige Kraft der Baobab-Frucht in bester Bio-Qualität. Ideal als tägliche Ballaststoff- und Vitamin-C-Quelle – und dabei angenehm fruchtig im Geschmack. Jetzt bestellen & die geballte Vitalität Afrikas entdecken!

Allgemeine Informationen zu Topfruits Bio Baobab Pulver

Zutaten: 100 % reines Baobab Fruchtpulver* aus dem Mark der Baobabfrucht* - **aus kontrolliert biologischem Anbau*
Lagerung: Kühl, trocken und dunkel, in dicht schließendem Behälter
Verpackung: Membrandose, Standbodenbeutel

Vitamine und Mineralstoffe:

Inhaltsstoff	pro 100 g
Vitamin C	190 mg (237%*)
Calcium	315 mg (39%*)
Eisen	5,9 mg (42%*)
Kalium	2400 mg (120%*)
Magnesium	155 mg (41%*)

*Anteil der empfohlenen täglichen Referenzmengen für einen durchschnittlichen Erwachsenen

Zum Produkt

Nährwertangaben zum Produkt "Baobabfruchtpulver (Affenbrotbaum, Adansonia digitata), Bio, 100 % naturbelassen"

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	994 kj
Brennwert kcal	239 kcal
Fett	1.2 g
davon gesättigte Fettsäuren	0.1 g
Kohlenhydrate	84 g
davon Zucker	27 g
Ballaststoffe	45 g
Eiweiß	2.8 g
Salz	0.03 g