

Müsli Basis, Bio kbA, das ehrliche Bio-Basis-Müsli für Selbermischer

Bio Basis Müsli – vegan – Bioqualität – Vollkorn-Flocken und ganze Saaten – ohne Zuckerzusatz

Das Topfruits Basis Müsli, ist die ehrliche und preiswerte Basis für Selbermischer mit 100 % besten Bio Zutaten. Die ausgewogene Kombination aus Getreidevollkornflocken, Sonnenblumenkernen und Leinsamen ist die perfekte Grundlage für individuelle Müsli-mischungen. Komplexe Kohlenhydrate, Ballaststoffe und pflanzliches Eiweiß liefern Energie und halten lange satt. Alle Zutaten sind ungezuckert, ungeröstet und ohne Farb-, Aroma- oder Konservierungsstoffe. Die Mischung ist ohne Rosinen oder Nüsse. Erweitern Sie die Bio-Müsli Basis nach Belieben selbst und variieren Sie nach Lust und Laune. Für ein vollwertiges und abwechslungsreiches Frühstück!

Vorteile des Bio Basis Müslis

- 100 % Bio, kontrolliert biologischer Anbau
- reine Natur: Ungezuckert & ohne Farb- oder Konservierungsstoffe
- keine Rosinen
- ungeröstete Saaten
- mit Dinkel statt Weizen
- reich an Ballaststoffen

Besonderheiten unserer ehrlichen Müsli Basis

Unser Vollkorn-Müsli ist 100 % Natur. Knusper- und Fertigmüslis aus dem Supermarkt sind meistens sehr süß, geröstet oder stark verarbeitet. Unser Basis Müsli kommt hingegen ohne Zusätze, ohne raffinierten Zucker und ohne Zusatzstoffe aus. Körner und Kerne bleiben ungeröstet. Die leckere Getreide & Kern Mischung ist die ideale Kombination aus zarten Flocken und kernigen Samen. Übrigens besteht unser natürliches Bio Basismüsli zu mehr als 15 % aus ganzen Saaten – herkömmliche Mischungen haben oft weniger. Ein Müsli mit gesunden Vollkorn Zutaten provoziert nur einen maßvollen Blutzuckeranstieg und liefert lang anhaltende Energie für den kompletten Vormittag. Darüber hinaus bekommen Sie auf diese Weise ausreichend Mineralstoffe und Spurenelemente sowie viele Pflanzenvitalstoffe.

Bio Müsli – ein Klassiker

Einst Öko-Klassiker, ist das Müsli heute in aller Munde: Kaum ein Sportler, Multi-Tasker oder Gast im Nobel-Hotel kommt heute am Müsli vorbei. Müsli ist tatsächlich so gesund und ausgewogen wie sein Ruf. Seine wichtigste Zutat ist das Vollkorngetreide. Dessen komplexe Kohlenhydrate werden langsam abgebaut und liefern über einen längeren Zeitraum hinweg hochwertige Energie. Trockenfrüchte bringen Mineralien und natürliche Süße mit. Ihr Fruchtzucker geht schnell ins Blut und stillt den ersten Hunger. Nusskerne liefern Mineralstoffe, pflanzliche Eiweiße und wertvolle Fettsäuren. Genuss ohne Reue - wohl bekomm's!

Herstellung und Verarbeitung unserer Bio Müslibasis

Alle Zutaten für das naturreine Vollkorn-Müsli kommen aus öko Landwirtschaft. Nach der Ernte werden die Rohstoffe sortiert und gereinigt. Die Getreidekörner werden zu Flakes gepresst, die Sonnenblumen- und Leinsaat bleibt ganz. Unsere Müsli-mischung ist naturell, sie wird weder geröstet noch mit künstlichen Zusatzstoffen versehen. Mit unserem biologischen Basis Müsli kaufen Sie ein hochwertiges Naturprodukt für jeden Tag zum sehr guten Preis-Leistungsverhältnis.

Verwendung von Topfruits Basis Müsli

Dieses Müsli können Sie mit vielen anderen Zutaten weiter variieren und aufpeppen – alles was Sie dafür benötigen, finden Sie im Topfruits Shop. Sehr gut eignen sich, je nach Lust und Tageslaune:

- Trockenfrüchte wie Maulbeeren, Cranberries oder Gojibeeren
- Cashewbruch
- Erdmandelflocken
- Hirsekeimlinge
- Chiasamen
- Kürbiskernen
- Roh-Kakaonibs

Idealerweise setzen Sie Ihr Müsli am Abend mit Wasser an, damit es über Nacht etwas quellen kann. Am andern Morgen, können Sie dem Müsli dann mit Wasser, Früchten oder auch etwas Apfelsaft, die Süße und Konsistenz verleihen, die Ihnen am besten zusagt. Weniger empfehlenswert aber weit verbreitet ist es, das Müsli mit Milch oder anderen Molkereiprodukten anzumachen. Wenn man den vollen Nutzen der antioxidativen Inhaltstoffe von Beeren oder anderen frischen oder getrockneten Früchten haben möchte, ist das Milcheiweiß hinderlich, weil es sich an diese Substanzen bindet und deren Nutzen schmälert. Eher empfehlenswert, wenn man kein Wasser verwenden möchte, wäre Mandel-, Reis- oder Haferdrink.

Müslirezept für den kraftvollen Start in den Tag

Zutaten

- Topfruits Bio-Müsli Basis - Menge nach Belieben
- 1 TL Traubenkernmehl
- 1 Esslöffel Hanfsamen geschält
- 1 Esslöffel Inulin
- 1 Esslöffel Leinöl
- frische Früchte nach Belieben und Saison

Zubereitung: Am besten wäre Anrühren mit Wasser oder Apfelsaft. Aber auch Milch oder Joghurt sind OK. Allerdings sind Früchte zusammen mit Molkereiprodukten nicht optimal, was die Verstoffwechslung und die Entfaltung der Vitalstoffe angeht.

Mit der Müsli Rezeptur wie oben beschrieben decken Sie nahezu alle Vitalstoffaspekte ab:

- Wertvolles pflanzliches Eiweiß
- Ballaststoffe
- Mineralstoffe
- Antioxidantien
- Vitamine
- wertvolle mehrfach ungesättigte Fettsäuren

Also die beste Basis für Gesundheit, Energie und Lebensfreude.

Allgemeine Infos zum Bio Basis-Müsli

Zutaten: Haferflocken* (36%), Dinkelflocken* (24%), Roggenflocken* (24%), Leinsamen* braun, Sonnenblumenkerne*. – *aus kontrolliert biologischem Anbau.

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

[Zum Produkt](#)

Nährwertangaben zum Produkt "Müsli Basis, Bio kbA, das ehrliche Bio-Basis-Müsli für Selbermischer"

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	1450 kj
Brennwert kcal	346 kcal
Fett	8.2 g
davon gesättigte Fettsäuren	0.2 g
Kohlenhydrate	54 g
davon Zucker	0.5 g
Ballaststoffe	6.9 g
Eiweiß	14 g
Salz	<0.01 g

Zusätzliche Informationen

Die Nährwertangaben des Bio Basis Müsi unterliegen natürlichen Schwankungen.