# Saatenmix Premium, Bio kbA, Hanfsamen, Kürbiskerne und Sonnenblumenkerne

## Saatenmix Premium aus ungerösteten Hanf-, grünen Kürbis- und Sonnenblumenkerne - Bio-Qualität - ideales Topping für Salate oder als Ergänzung ins Müsli

**Der Topfruits Saatenmix Premium vereint ungeröstete Bio-Sonnenblumenkerne, Bio-Kürbiskerne und geschälte Bio-Hanfsamen in einer ausgewogenen Mischung.** Diese Kombination, exklusiv bei Topfruits erhältlich, wurde sorgfältig zusammengestellt, um eine vielseitige und ernährungsphysiologisch wertvolle Ergänzung zu bieten. Ob als Topping für Salate, als Zugabe im Müsli oder in Backwaren – dieser Mix liefert wertvolle Mikronährstoffe und verleiht Ihren Gerichten einen leckeren und gesunden Extra-Kick. Die enthaltenen Bio-Sonnenblumenkerne sind reich an Vitamin E und wichtigen Fettsäuren, während die Kürbiskerne eine gute Quelle für Magnesium und Zink darstellen, die das Immunsystem und die Knochen stärken. Die geschälten Bio-Hanfsamen liefern eine ausgewogene Mischung aus Omega-3- und Omega-6-Fettsäuren sowie pflanzliche Proteine, die besonders für eine pflanzenbasierte Ernährung wertvoll sind. Topfruits Saatenmix Premium ist nicht nur vielseitig einsetzbar, sondern auch ein einfacher Weg, den Vitalstoffgehalt Ihrer täglichen Mahlzeiten zu erhöhen. Ob roh oder leicht angeröstet, der Saatenmix ist ein idealer Begleiter für eine gesunde und ausgewogene Ernährung. Für ein intensiveres Aroma können die Kerne vor dem Verzehr leicht angeröstet werden – roh bleiben sie jedoch am gesündesten.

### Vorteile der Topfruits Saatenmischung

- 3 Saaten in Bio-Qualität, ohne künstliche Zusätze
- liefert wertvolle Fettsäuren sowie pflanzliche Proteine
- fertig gemischt, sofort einsatzbereit
- vielseitig verwendbar

### Verwendungsmöglichkeiten für unseren Saatenmix

**Der Saatenmix Premium von Topfruits ist äußerst vielseitig und bereichert zahlreiche Gerichte mit seinem nussigen Geschmack und wertvollen Vitalstoffen.** Sie können die Mischung pur genießen, beispielsweise als gesunden Knabbersnack für zwischendurch, oder als leckere Ergänzung in Ihrem Müsli, Porridge oder Frischkornbrei verwenden. Auch als Topping über Salaten oder Suppen verleiht der Saatenmix eine knusprige Textur und eine nahrhafte Komponente. In Backwaren wie Brot, Brötchen oder süßem Gebäck sorgt der Mix für ein kerniges Aroma und eine besondere Note. Wer gerne Smoothies oder Bowls zubereitet, kann die Saatenmischung als zusätzliche Quelle für Ballaststoffe, pflanzliches Eiweiß und gesunde Fettsäuren einarbeiten. Zudem eignet sich der Saatenmix hervorragend als Zutat für hausgemachte Aufstriche oder Pestos. Für ein intensiveres Aroma können die Saaten vor der Verwendung leicht angeröstet werden – roh bleiben jedoch die wertvollen Mikronährstoffe am besten erhalten. Ganz gleich, ob pur, in süßen oder herzhaften Speisen: Mit diesem Saatenmix bringen Sie mühelos Abwechslung und zusätzliche Vitalstoffe in Ihre Küche.

### Allgemeine Informationen zu Topfruits Saatenmischung Premium

**Zutaten:** 40 % Sonnenblumenkerne*, 30 % Kürbiskerne*, 30 % geschälte Hanfsamen*. - *aus kontrolliert biologischem Anbau
**Lagerung:** Kühl, trocken und dunkel, in dicht schließendem Behälter.
**Verpackung**: 500 g im PP-Beutel, 1 kg im Vakuumbeutel

Zum Produkt

## Nährwertangaben zum Produkt "Saatenmix Premium, Bio kbA, Hanfsamen, Kürbiskerne und Sonnenblumenkerne"

| **Unzubereitet pro 100 g** | |
|---|---|
| Brennwert kj | 2372 kj |
| Brennwert kcal | 567 kcal |
| Fett | 44 g |
| davon gesättigte Fettsäuren | 3.9 g |
| Kohlenhydrate | 17 g |
| davon Zucker | 1.7 g |
| Ballaststoffe | 6.7 g |
| Eiweiß | 27 g |
| Salz | 0.1 g |

## Zusätzliche Informationen

Die Nährwertangaben zum Bio Saatenmix unterliegen natürlichen Schwankungen.