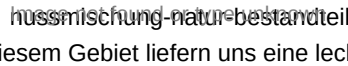
Nussmischung (Kernemischung), natur, ungeröstet, Premiumqualität

Nussmischung Natur (Kernemischung) – beste Qualität der Nusskerne – 100 % naturbelassen – ungeröstet & ungesalzen

100 % naturbelassene Premium Nussmischung aus frischen, knackigen Paranüssen, Mandeln, Walnüssen und Cashewkernen. Probieren Sie unsere beliebte Mischung aus ganzen Kernen bester Qualität. Alle gemischten Nusskerne sind naturgetrocknet, teilweise aus Wildwuchs und vollständig unbehandelt. Jeder enthaltene Kern ist von Natur aus prallvoll mit wertvollen pflanzlichen Inhaltsstoffen wie Mineralien, Spurenelemente, ungesättigten Fettsäuren und essentiellen Aminosäuren. Vegetarier und Veganer können die Nussmischung natur sehr gut als natürliche Eiweißquelle nutzen. Also lasst knacken – und zwar UNGERÖSTET und UNGESALZEN - sonst wird's ungesund!

Welche naturbelassenen Nüsse enthält die Premium Nussmischung natur?



Bio Paranusskerne: Unsere knackigen Paranusskerne kommen aus Wildwuchsgebieten in Boliven und haben daher auch den Bio Status. Die Kerne aus diesem Gebiet liefern uns eine leckere Selenquelle zum Genuss. Außerdem enthalten Paranüsse hochwertiges pflanzliches Protein sowie viel Vitamin B1 und Vitamin E.
Mandeln: Extra große und knackige Mandelkerne, besonders reich an wichtigen Ballaststoffen und Magnesium. Natürlich sind unsere Mandelkerne mit der wertvollen braunen Samenhaut und daher unblanchiert.
Bio Cashewkerne: Aromatische ganze Cashews ohne Samenhaut. Sie sind köstlich fein-cremig im Geschmack und sorgen für eine leichte Süße in unserer Topfruits Nussmischung. Mit fast 20 % Eiweiß sind sie eine gute pflanzliche Eiweißquelle für Sportler und Vegetarier bzw. Veganer.
Walnusskerne: Viele unserer Kunden schätzen und lieben unsere Walnusskerne aus Chile. Die ungerösteten Nüsse sind handgeknackt, schonend getrocknet und besonders reich an wertvollen Ballaststoffen. Ein absolut gesunder Snack!

Vorteile der Kernemischung bester Qualität auf einen Blick

- 100 % naturbelassene Nusskerne in einer exklusiven Mischung, ungeröstet und ungesalzen
- mit ungesättigten Fettsäuren
- mit pflanzlichem Eiweiß & essentiellen Aminosäuren
- von Natur aus vegan & glutenfrei

Was ist das Besondere an unserer Nussmischung ohne Rosinen?

Topfruits Nussmischung natur ist ein ernährungsphysiologisch sinnvolles und exklusives Naturprodukt aus vier leckeren Nussorten. Der leckere Nussmix aus Mandel-, Paranuss-, Cashew- und Walnusskernen verwöhnt Sie mit einer ausgewogenen Kombination aus ungesättigten Fettsäuren, pflanzlichen Proteinen, Vitaminen sowie Mineralstoffen und Spurenelementen. Während Nüsse früher gerne als Kalorienbomben verschrien wurden, weiß man heute um den enormen ernährungsphysiologischen Nutzen dieser Lebensmittelgruppe. Alle in der Edelnussmischung verwendeten Nüsse sind ungeröstet, um die wertvollen Pflanzeninhaltsstoffe weitestgehend zu erhalten. Die gemischten Nüsse werden nicht gesalzen, wie es bei vielen im Handel erhältlichen Produkten der Fall ist. Der durchschnittliche Salz-Verzehr der Einwohner von Industrieländern ist in der Regel zu hoch. Unsere Premium Nusskernmischung ist nicht als schneller Fernsehsnack gedacht, sondern als bewusster Genuss für Zwischendurch.

Verzehrtipps für unsere leckere Premium Nussmischung Natur

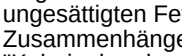
Topfruits Nussmischung Natur: ein idealer Snack mit wertvollen Inhaltsstoffen

Die Topfruits Nussmischung ist der perfekte gesunde Snack für zwischendurch oder unterwegs. Um Ihren Körper bestmöglich mit den wertvollen Nuss-Inhaltsstoffen zu versorgen, empfehlen wir etwa eine Handvoll der köstlichen, ungesalzenen Nüsse täglich. Sie können die Nüsse naturbelassen auch mit Trockenfrüchten, wie zum Beispiel getrockneten Beeren, kombinieren und schon haben Sie ein selbstgemachtes Studentenfutter bzw. einen gesunden Früchte-Nuss-Snack. Solche Frucht - Nussmischungen liefern dem menschlichen Organismus schnelle Energie und sorgen dafür, dass wir auch an langen Tagen nicht schlapp machen. Bei gemäßigtem Verzehr brauchen Sie sich übrigens keine Sorgen machen, dass Nüsse als Snack dick machen könnten (auch wenn sie viel Fett und viele Kalorien haben). Mittlerweile ist bekannt, dass die darin enthaltenen wertvollen Fette im Darm nicht vollständig resorbiert werden und deshalb kaum Einfluss auf unsere Fetteinlagerung haben.

Vielseitiger Genuss: So verwenden Sie unsere Nussmischung Natur

Unsere Nussmischung Natur ist eine wahre Bereicherung für Ihre Küche und vielseitig einsetzbar. Verfeinern Sie Ihr Frühstücksmüsli mit einer Handvoll Nüsse, um zusätzlichen Crunch sowie wertvolle Vitalstoffe zu integrieren und so den Start in den Tag zu optimieren. Auch beim Backen kommt die Nussmischung bestens zum Einsatz – geben Sie gehackte Nüsse in Teige für Kuchen, Muffins oder Brot und verleihen Sie Ihren Backkreationen eine leckere Textur und zusätzlichen Geschmack. Ebenso eignen sich die Nüsse hervorragend als Topping für Salate, um diese nicht nur geschmacklich, sondern auch in ihrer Textur zu bereichern. Die Nussmischung Natur ist ein wahrer Allrounder und sorgt in jeder Mahlzeit für mehr Genuss und Vitalität.

Ungeröstete Nusskerne sind Power aus der Natur für Körper und Geist



Nusskerne haben vielfältige positive Eigenschaften für Ihre Gesundheit. Die Nussfette unserer Nussmischung haben im Gegensatz zu tierischen Fetten ein günstiges Fettsäureprofil. Eine Rolle spielt dabei der hohe Gehalt an einfach und mehrfach ungesättigten Fettsäuren. Im Forschungsbericht der Bundesforschungsanstalt für Ernährung (BFE) werden neuste positive Zusammenhänge über Nüsse in der Ernährung thematisiert. Die früher eher negative Sicht von Ernährungsexperten, Nüsse seien "Kalorienbomben" ist der eindeutigen Befürwortung eines höheren Verzehrs gewichen. Nüsse machen auch nicht dick, wie man früher meinte, sondern das Gegenteil ist der Fall. Ein moderater Nussverzehr unterstützt sogar den Fettstoffwechsel und kann so beim Abnehmen helfen. Außerdem ist in dem BFE Dokument zu lesen: Erstaunlicherweise sind die in den USA bereits weithin bekannten Befunde epidemiologischer und klinischer Studien über kardioprotektive Wirkungen des Verzehrs von Nüssen bisher im europäischen Raum noch wenig zur Kenntnis genommen worden - von der Ernährungswissenschaft nicht und erst recht nicht von

der breiten Öffentlichkeit. Dies schreiben die Ernährungsexperten in ihrer Veröffentlichung aus dem Jahr 2001. Daran hat sich bis heute anscheinend nicht viel geändert.

Weiterführende Informationen zu Nusskernen und Co.

Das gesamte Dokument, welches für den Interessierten eine Fülle wertvoller Informationen enthält, finden Sie hier unter: http://aprikosen.info/nuesse_BFE.pdf. Die dort genannten Aspekte beleuchten dabei noch nicht einmal den gesamten gesundheitlichen Wert von Aprikosenkernen, Mandeln, Paranüssen, Walnüssen und Co. Alleine aus dem Grund des Mineralstoff- und Spurenelementreichtums und des daraus hervorgehenden gesundheitlichen Nutzens, wäre es schon wert, wieder öfter eine Schale mit unserer naturreinen Nussmischung auf den Tisch zu stellen.

Allgemeine Hinweise zu unserer Nussmischung natur

Zutaten: **Mandeln**, **Walnusskerne**, **Bio Cashewkerne, Bio Paranusskerne**.
Lagerung: Kühl, trocken und dunkel, in dicht schließendem Behälter.
Verpackung: 500 g im PP-Beutel, 1 kg im Vakuumbeutel

Zum Produkt

Nährwertangaben zum Produkt "Nussmischung (Kernemischung), natur, ungeröstet, Premiumqualität"

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	2722 kj
Brennwert kcal	650 kcal
Fett	62 g
davon gesättigte Fettsäuren	19.6 g
Kohlenhydrate	9.0 g
davon Zucker	6.3 g
Ballaststoffe	5.5 g
Eiweiß	16.1 g
Salz	0.03 g

Zusätzliche Informationen

Die Nährwerte der Topfruits Nusskernemischung unterliegt natürlichen Schwankungen.