Erythritol, fein (Erytrit) alternatives Süssungsmittel, kalorienfrei, aus Frankreich

Erytrit (Erythritol, Erythrit) - ein kalorienfreies Süßungsmittel als Alternative zu Kristallzucker - vegan und aus gentechnikfreiem Mais

Topfruits Erythritol ist ein kalorienfreier Zuckerersatz zum Süßen von Speisen und Getränken. Es hat eine hohe Süßkraft (70-80 % von Haushaltszucker) und eine zuckerähnliche Konsistenz. Das Süßungsmittel Erythritol, auch Erytrit oder Erythrit genannt, befördert nicht die ungesunden und gefäßschädigenden starken Blutzuckerschwankungen. Zudem hat Erythritol im Gegensatz zu Zucker nicht dessen süchtig machendes Potenzial und andere negative Eigenschaften von raffiniertem Rohr- oder Rübenzucker, wie etwa hohe Kaloriendichte, Förderung von Pilzwachstum und Entzug von Mineralien. Erythrit weist einen glykämischen Index von 0 auf und hat keinen Einfluss auf den Insulin- und Blutzuckerspiegel. Deshalb ist es auch ein idealer Zuckerersatz für Diabetiker. Die Verwendungsmöglichkeiten von Erythritol sind vielfältig. Es eignet sich für Backwaren, Süßspeisen, in Müslis, Smoothies und Getränken.

Vorteile von Topfruits Erythritol auf einen Blick

erythritol-alternatives-suessungsmittel

- keine Kalorien & glykämischer Index von 0
- geeignet für Diabetiker
- zahnschonend - unterstützt die Zahngesundheit, da es keine Karies verursacht
- gut verträglich
- aus Frankreich
- vielseitig verwendbar - ideal für Getränke, Kochen, Backen & mehr

Süßungsmittel Erythritol: Verwendungstipps

Erythritol ist eine großartige Alternative zu normalem Zucker und kann leicht beim Kochen und Backen verwendet werden. Wer in seinen Rezepten Haushaltszucker ersetzen möchte, der sollte aufgrund der etwas geringeren Süßkraft ungefähr die 1,3-fache Menge an Erytrit verwenden. Man kann auch die gleiche Menge beibehalten, dann schmecken die Backwaren etwas weniger süß. Für Hefeteige eignet sich das kalorienfreie Süßungsmittel nicht, da Hefe zur Teiglockerung Kohlenhydrate vom Zucker benötigt. Auch für die Herstellung von Konfitüre sollte es nicht verwendet werden, da es auskristallisiert. Getränke, Desserts, Smoothies, Müslis oder Frühstückbreis lassen sich mit Erythritol sehr gut süßen.

Rezepttipp: Zuckerfreies Erdbeersorbet mit Erythritol (4 Portionen)
500 g Tiefkühl-Erdbeeren, 6 Blätter Basilikum (optional), 140 g Erythrit und den Saft einer Limette in einen leistungsstarken Mixer geben. Alles miteinander zu einer homogenen Masse pürieren. Die einzelnen Portionen in Schälchen füllen und servieren.

Wissenswertes über Erythritol

Laut Studien wird Erythrit vom menschlichen Körper weder weiter vergoren noch verstoffwechselt und ist daher kalorienfrei und ausgezeichnet verträglich. Es beugt zudem Karies vor (schützt die Zähne) und wirkt antioxidativ. Erythritol wird zwar als Kohlenhydrat bezeichnet, aber es verhält sich nicht wie gewöhnliche Kohlenhydrate wie z.B. Zucker oder Stärke, da es im Körper nicht in Energie umgewandelt wird. Bei der Nahrungsaufnahme wird Erythrit zu 90 Prozent im Dünndarm aufgenommen und über die Nieren bzw. im Urin ausgeschieden. Erythrit ist geruchsfrei und wärmestabil. Außerdem nimmt es keine Feuchtigkeit aus der Umgebung auf (nicht hygroskopisch), sodass sich keine Klumpen bilden. In Wasser aufgelöst, hat das Süßungsmittel Erythritol einen kühlenden Effekt.

Alternatives Süßungsmittel Erythritol: Interessant für Diabetiker

Man muss die Aufnahme von Erythrit also nicht mitzählen, wenn man Broteinheiten, -werte oder Kohlenhydrate berechnet. Somit ist Erythrit ideal für Diabetiker und alle, die sich kalorienbewusst ernähren möchten! Das Süßungsmittel Erythritol enthält keine Fruktose und wird, im Gegensatz zu Xylit, auch nicht im Körper in diese umgewandelt. Es ist ebenfalls frei von Gluten und Milchzucker, so dass es auch bei diversen Lebensmittelunverträglichkeiten erfahrungsgemäß gut vertragen wird.

Herstellung von Erytrit

Erythrit wird aus Glukose hergestellt, als natürlicher Rohstoff dafür wird gentechnikfreier Mais verwendet. Durch einen Fermentationsprozess, ähnlich dem Reifen von Obst oder Käse, wird die Struktur des Zuckers verändert. Dabei werden Behälter benutzt, wie man sie z.B. aus einem Brauhaus kennt. So entsteht aus ganz gewöhnlichem Haushalts- oder Traubenzucker das natürliche und reine Endprodukt, der Zuckeralkohol Erythritol (Erythrit).

Jetzt Topfruits Erythrit kaufen & bewussten Genuss erleben!

Ersetzen Sie Zucker in Ihrer Ernährung durch unser hochwertiges Erythrit und genießen Sie süßen Geschmack ohne Kalorien. Jetzt bei Topfruits bestellen & die Vorteile dieses natürlichen Süßungsmittels entdecken!

Allgemeine Informationen zu Topfruits Erythritol

Zutaten: 100 % Erythrit aus Frankreich
Lagerung: Kühl, trocken und dunkel, in dicht schließendem Behälter
Verpackung: Vakuumbeutel
Hinweis: kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken
Hinweis: Die auf dem Produktbild gezeigte Verpackung und Etikett stellen lediglich ein Muster dar. Die genauen Angaben, Werte und Informationen zum Produkt entnehmen Sie bitte der Beschreibung.

Zum Produkt

Nährwertangaben zum Produkt "Erythritol, fein (Erytrit) alternatives Süssungsmittel, kalorienfrei, aus Frankreich"

Unzubereitet pro 100 g

Kohlenhydrate	100 g