

Blütenpollen (Bienenpollen) ganz - 100% rein - Spitzenqualität aus Deutschland

Blütenpollen von fleißigen Bienen - Ganze Bienenpollen aus deutscher Imkerei

Blütenpollen sind der von Bienen gesammelte und mit wertvollen Enzymen veredelte Blütenstaub – ein wahres Superfood direkt aus der Natur. Gesundheitsbewusste Menschen schätzen die bunten Körnchen als eines der nährstoffreichsten Lebensmittel überhaupt, da sie das gesamte Spektrum an essenziellen Aminosäuren, Vitaminen und Mineralstoffen in konzentrierter Form enthalten. Ob als natürlicher Energiekick am Morgen oder zur Unterstützung des Immunsystems: Die vielseitigen Pollen lassen sich ideal als Vital-Topping in Müslis, Smoothies oder Joghurt integrieren.

Vorteile der Topfruits Blüten Pollen auf einen Blick

- beste Multiflora Blütenpollen aus Deutschland
- 100 % naturbelassen, ohne Zusätze
- reich an Ballast- und anderen besonderen Naturstoffen
- schonende Gewinnung: für die Rohkosternährung geeignet

Was macht unsere Bienenpollen besonders?

Unsere Bienenpollen stammen aus einer deutschen Imkerei. Etwa 17 % des Blütenpollens besteht aus pflanzlichem Eiweiß mit einer Fülle an essentiellen und nicht essentiellen Aminosäuren. Der Hauptteil an Makronährstoffen entfällt auf Kohlenhydrate, sodass Blüten-Pollen sehr gute und beliebte Energielieferanten sind. Ungefähr die Hälfte des Fettgehalts setzt sich aus den gesunden mehrfach ungesättigten Fettsäuren wie Linol- und Linolensäure zusammen. Der Pollen von Blütenpflanzen enthält zudem eine Fülle an weiteren wertvollen Pflanzenstoffen wie Vitamine, Fermente, keimtötende Stoffe, schützende Flavonoide, Mineralien und Spurenelemente. Die enthaltenen Flavonoide wirken antioxidativ und setzen sich so als wirksame Fänger freier Radikale ein. Zu den wichtigsten Vitaminen und Mineralstoffen im Bienen-Pollen zählen:

- Provitamin A
- B-Vitamine
- Calcium
- Magnesium
- Eisen
- Kupfer
- Silicium



Sie ergänzen so hin und wieder Ihren Speiseplan durch ganz eine besondere Natur-Substanz. Imker schwören seit langem nicht nur auf den Genuss von Honig, sondern auch von Blütenpollen und Propolis, aufgrund ihrer besonderen Eigenschaften und den enthaltenen wertvollen Mikronährstoffen. Neben Gojibeeren und Weizen- bzw. Gerstengras zählt Blütenpollen zu den Lebensmitteln, die besonders reich an Makro- und Mikronährstoffen sind.

Wie werde die Blütenpollen verwendet?

Blüten-Pollen schmeckt vielen gesundheitsbewussten Menschen einfach pur. So können Sie ungefähr einen Teelöffel der getrockneten Bienenpollen am Morgen einfach pur oder mit einem Glas Orangensaft oder Wasser einnehmen. Aber auch ins Müsli, Joghurt oder Frischkornbrei oder in einem Obstsalat lässt sich der Pollen wunderbar genießen. Auf ein Butterbrot gestreut oder in Verbindung mit Frischkäse schmecken die Blütenpollen ebenfalls wunderbar. Als Topping verleihen Bienen-Pollen Blattsalaten sowie Nudel- oder Kartoffelsalaten ein feines Aroma. Mit Topfruits Blütenpollen kaufen Sie eine wertvolle und wohlschmeckende Ergänzung Ihres täglichen Speiseplanes - Einfach ein ganz besonderes Lebensmittel.

Unser Rezepttipp: Sommerlicher Regenbogenlicht-Saft mit Blüten Pollen

Ähnlich wie ein Regenbogen aus dem ganzen Lichtspektrum entsteht, ist dieser Saft eine wundervolle Mischung der Energien von verschiedenen Früchten und Gemüse, die den Körper mit über 133 Spurenelementen, Nährstoffen und Vitaminen versorgen.

- 2 Orangen
- 3 Blätter roter Mangold (alternativ eine Handvoll Kresse)
- 6 Blaubeeren (alternativ eingeweichte Aroniabeeren)
- optional 2 TL Agavendicksaft (oder Xylitol)
- ½ Honigmelone
- 1 EL Blütenpollen
- 1 TL Maca-Wurzel



Orangen entsaften. Den Saft, die Beeren, Mangold und Fleisch der Melone in einen Mixer geben und zusammen mit Blütenpollen, Maca-Wurzel und Agavendicksaft vermischen. Genießen Sie dieses Getränk, wann immer Sie einen schnellen Energieschub brauchen.

Wie entstehen Topfruits Blütenpollen?

Unsere Blütenpollen werden von deutschen Bienen hergestellt, indem sie Blütenstaub sammeln. Die Honigbienen fliegen hierzu täglich mehrere Pflanzen bzw. Blüten an und tragen so Blütenstaub von mehreren Pflanzenarten zusammen. Anschließend wird der Blütenstaub mit Nektar und Enzymen angereichert. So entstehen kleine gelb bis braune Klümpchen, die man als Blütenpollen oder Bienenpollen bezeichnet. Diese praktischen Portionen dienen dann als Nahrung für das Bienenvolk. Die hinzugefügten Enzyme schützen den Bienenpollen vor Keimen und machen ihn haltbar. Zudem wird er durch diese besonders wertvoll - für die Bienen selbst, aber auch für uns Menschen. Er ist reich an besonderen Inhaltsstoffen, die sonst in kaum einem anderen Lebensmittel vorkommen.

Der eigentliche Sammelprozess der Blütenpollen erfolgt mithilfe einer speziellen Vorrichtung, die am Eingang des Bienenstocks angebracht wird. Durch diesen müssen die fleißigen Bienen hindurch, wodurch ein Teil der Bienenpollen abgestreift, gesammelt und verarbeitet werden kann.

Jetzt Topfruits Blütenpollen kaufen & die natürliche Kraft der Bienen nutzen

Gönnen Sie Ihrem Körper eine Extraportion Wohlbefinden. Bestellen Sie unsere deutschen Premium-Pollen und bereichern Sie Ihre tägliche Routine mit dem Besten, was die Natur zu bieten hat.

Allgemeine Informationen zu Topfruits Blütenpollen

Zutaten: 100 % Blütenpollen, ganz

Lagerung: kühl, trocken und dunkel, in dicht schließendem Behälter

Verpackung: Standbodenbeutel, Dose

Leckere Rezept mit Blütenpollen von Topfruits

Morgendlicher Schoko-Drink mit Bienenpollen

Vegan und in beinahe Rohkostqualität - der Starter in einen gelungenen Tag; Zubereitungszeit ca. 5 Minuten

Zutaten

- 2 Esslöffel [Rohkakaopulver](#)
- 2 Esslöffel [Hanfsamen](#), oder [Hanfproteinpulver](#)
- 1 Teelöffel Blütenpollen
- 1 Teelöffel [Lecithin](#)
- [Xylit](#) nach Geschmack
- 1 Esslöffel [Leinöl](#)
- Nach Bedarf und Belieben: [Zimt](#), [Vanille](#), [Maca](#), [Matcha-Pulver](#), [Carob](#)

Zubereitung

Alles zusammen mit 500 ml kaltem oder lauwarmem Wasser in den Mixer und ca 30 Sek mixen, fertig ist der "Glücksdrink" für einen gelungenen Tag.

Guten Appetit und bleiben Sie gesund.

Yogisaft mit Blütenpollen

Example Company

Yoga ist ein sehr guter Weg, um die Meridiane im Körper zu aktivieren und Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen. Dieses energiereiche, hoch schwingende Getränk mit seinem reichen Gehalt an Mineralien und Proteinen ist im "118 Grad Rohkostrestaurant" der Liebling der Yoga-Schüler.

Zutaten

- 2 Orangen
- 1 TL [Maca-Wurzel-Pulver](#)
- 6 frische Erdbeeren
- 2 TL Blütenpollen
- 1 Zitrone
- evtl. 1 TL [Agavendicksaft](#)
- evtl. 1 EL pürierte Beeren (Garnitur)

Zubereitung

1. Die Früchte entsaften
2. den Saft in einen Mixer gießen, zusammen mit den anderen Zutaten, die Sie mögen: Maca-Wurzel-Pulver, Bienenpollen und / oder Agavendicksaft vermischen
3. Servieren Sie den Yogisaft mit einem Häubchen aus Beerenpüree.

Viele weitere tolle Rohkostrezepte finden Sie in dem Buch ROHKOST - Himmlische Vital-Rezepte für Gourmets von Doreen Virtue und Jenny Ross hier in unserem Shop

[Zum Produkt](#)

Nährwertangaben zum Produkt "Blütenpollen (Bienenpollen) ganz - 100% rein - Spitzenqualität"

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	1599 kj
Brennwert kcal	380 kcal
Fett	7.5 g
davon gesättigte Fettsäuren	2.3 g
Kohlenhydrate	56 g
davon Zucker	42 g
Ballaststoffe	11 g
Eiweiß	17 g

Zusätzliche Informationen

Die Nährwerte der Blütenpollen unterliegen natürlichen Schwankungen.