Cashew-Fruchtmix, Bio, mit vielen getrockneten Beeren

Bio Cashew Fruchtmix – mit vielen getrockneten Beeren in Top-Selektion – reich an natürlichen Mikronährstoffen

Der vegane und glutenfreie Topfruits Bio Cashew-Fruchtmix ist der perfekte Vollwert-Snack für eine naturbelassene und bewusste Ernährung. Die Premium-Mischung kombiniert die cremig-milde Konsistenz von naturbelassenen Bio Cashewstücken mit der intensiven Fruchtnote erlesener Beeren, wie Gojibeeren, Physalis, Cranberries, helle Maulbeeren und Weinbeeren. Cashewnüsse und getrocknete Beeren sind reich an natürlichen Mineralstoffen und Spurenelementen und sie liefern eine Fülle an wertvollen sogenannten sekundären Pflanzenstoffen. Als reines Naturprodukt verzichtet unser Cashew-Fruchtmix natürlich vollständig auf industriellen Zucker, Aroma sowie Farb- oder Konservierungsstoffe. Die Verwendung ist denkbar einfach: Ob als knusprig-fruchtiges Topping über dem Frühstücksmüsli, als Aufwertung für den Porridge oder einfach pur als vitaler Genuss für zwischendurch.

Vorteile des Topfruits Cashew-Fruchtmix auf einen Blick

- **100 % kontrolliert biologischer Anbau:** Alle enthaltenen Zutaten stammen aus zertifizierter, nachhaltiger Bio-Landwirtschaft.
- **Voller wertvoller Mikronährstoffe:** Mit Antioxidantien, Sirtuin-aktiven Substanzen und essenziellen Aminosäuren.
- **Frei von Zusätzen:** Garantiert ungeschwefelt, ohne Konservierungsstoffe, Aromen oder zugesetzten Industriezucker.
- **Vielfältig verwendbar:** Ideal als natürliche Ergänzung für Smoothies, Müslis, Bowls und Desserts sowie zum Verfeinern von Joghurt, Shakes oder kreativen Rezepten für eine nährstoffbewusste Ernährung.

Was macht Topfruits Cashew-Fruchtmix besonders?

Die schmackhafte Cashew-Frucht-Mischung versorgt uns mit konzentrierter Energie und natürlichen Pflanzeninhaltsstoffen – egal ob Zuhause oder unterwegs. Unser naturbelassenes Produkt ist eine ausgewogene Kombination aus sechs besonderen hochwertigen Bio Beerenfrüchten (Gojis, Kapstachelbeeren, Cranberries, weiße Maulbeeren und Weinbeeren), getoppt mit leckeren Cashewstücken. Jede der verwendeten Zutaten steckt voller Mineralien und sekundären Pflanzeninhaltsstoffen. Die getrockneten Beeren sind dank hohem natürlichen Fruchtzuckergehalt sowie konzentrierten Mikro- und Phytonährstoffen antioxidative Energiespender. Cashewkerne sind reich an hochwertigen pflanzlichen Proteinen, enthalten viele essentielle Aminosäuren und liefern wertvolle Fettsäuren. Außerdem zählen Cashew-Kerne zu den Sirtuin aktivierenden Lebensmittel, auch "Sirtfood" genannt. Sirtuine sind Enzyme, die durch komplexe Mechanismen die Regeneration verbessern können und damit einen Einfluss auf den Alterungsprozess haben. Übrigens sind Cashews botanisch gesehen keine echten Nüsse, sondern ein Fruchtfortsatz der Cashewfrucht.

Cashewkerne sind, wenn nur getrocknet und nicht geröstet wie bei uns, von Natur aus weicher als echte Nusskerne, etwa Walnüsse oder Paranüsse. **Cashewkerne oder Cashewstücke eignen sich aus unserer Sicht deshalb besonders gut für die Verwendung in einer Frucht-Nuss-Mischung. Andere Nusskerne sind dagegen weniger für Mischungen mit Früchten geeignet. Der Grund in der Tüte gemischt mit feuchten Trockenfrüchten verlieren Nusskerne, die nur eine Restfeuchte von vielleicht 10 % haben, an Knackigkeit und damit an Genusspotential.** Das ist auch der Grund weshalb wir Trockenfrucht-Mischungen und Nussmischungen im Shop nur separat anbieten. **Wer auf optimale Qualität steht, der stellt Nusskerne und Trockenfrüchte separat zum Knabbern bereit oder macht** sich für den kurzfristigen Bedarf eine Mischung aus Früchten und Nüssen beliebig selbst. Sie können die Zutaten aus unserem Cashew Fruchtmix in derselben Qualität auch separat im Shop kaufen.

Wie wird der Frucht Mix aus Cashews und Beeren verwendet?

Cashew Fruchtmix bietet vielfältige Verwendungsmöglichkeiten. Sie können die Mischung direkt aus der Verpackung genießen oder im Handumdrehen als vitalstoffreiches Upgrade in Ihre tägliche Küche integrieren. Streuen Sie einfach ein bis zwei Esslöffel des Mixes als Topping über Ihr Basismüsli, rühren Sie ihn unter einen warmen Frühstücksbrei (Porridge) oder verfeinern Sie damit frische Obstsalate, Joghurtalternativen und cremige Smoothie-Bowls. Auch selbstgemachte Müsliriegel können Sie mit diesem Mix ganz einfach aufwerten und die Riegel erhalten einen tollen Biss und eine beerig-fruchtige Note.

Rezept-Tipp mit dem Cashew-Fruchtmix: Selbstgemachte Beeren-Cashew-Energieriegel

Zutaten:

- 150 g Topfruits Bio Cashew-Fruchtmix
- 100 g zarte glutenfreie Haferflocken (oder Erdmandelflocken)
- 150 g weiche, entsteinte Datteln (z.B. Medjool)
- 2 EL geschmolzenes Kokosöl
- 1 Prise Bourbon-Vanille

Zubereitung:

Die Datteln zusammen mit dem geschmolzenen Kokosöl und der Vanille in einem leistungsstarken Mixer zu einer homogenen, klebrigen Paste verarbeiten. Die Haferflocken und den Bio Cashew-Fruchtmix dazugeben und kurz in mehreren Schüben mixen, sodass die Früchte und Cashews grob zerkleinert, aber noch gut sichtbar sind. Die Masse gleichmäßig und fest (ca. 1–2 cm dick) in eine mit Backpapier ausgelegte Form drücken. Für etwa 2 Stunden im Kühlschrank fest werden lassen, anschließend in Riegel schneiden. Luftdicht im Kühlschrank aufbewahren.

Allgemeine Infos zum Cashew-Fruchtmix

Zutaten (in veränderlichen Gewichtsanteilen): 40 % **Cashew***, 10 % Gojibeeren*, Physalis*, Cranberries* (60 % Cranberries*, Apfeldicksaft*, 1% Sonnenblumenöl*), helle Maulbeeren*, Weinbeeren* (Weinbeeren*, 0,5 % Sonnenblumenöl*).
*aus kontrolliert biologischem Anbau
Lagerung: Gut verschlossen und kühl lagern.

Zum Produkt

Nährwertangaben zum Produkt "Cashew-Fruchtmix, bio, mit vielen getrockneten Beeren"

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	1628 kj
Brennwert kcal	389 kcal
Fett	20 g
davon gesättigte Fettsäuren	3.6 g
Kohlenhydrate	44 g
davon Zucker	34 g
Ballaststoffe	6.8 g
Eiweiß	11 g
Salz	0.16 g

Zusätzliche Informationen

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.