Hefeflocken auf Basis von Melasse - glutenfrei und vegan, natürliches Vitamin B

Edel - Hefeflocken auf Basis von Melasse – natürlich glutenfrei & vegan – reich an Vitamin B, Proteinen & Ballaststoffen

Hefeflocken sind eine vegane Würzalternative und helfen dabei, den Tagesbedarf an natürlichen B-Vitaminen zu decken. Sie erfüllen den Zweck eines Würzmittels auf Basis von Zuckerrübenmelasse. Aufgrund des **pikant-würzigen Geschmacks** und der **bindenden Eigenschaften** eignen sich Würzhefeflocken sowohl für **kalte als auch für warme Speisen** und können als vegane Alternative zu Käse dienen. Sie heben zudem den Eigengeschmack der Speisen unterstützend hervor. Wenn Sie Hefeflocken verwenden, können Sie die Salzmenge in Ihren Gerichten deutlich reduzieren.

Vorteile der Würzhefeflocken auf einen Blick

- 100 % glutefreie Hefe auf natürlicher Melasse-Basis (ohne Mehlzusätze)
- gute Versorgung mit wichtigen B-Vitaminen
- hoher pflanzlicher Eiweißanteil
- reich an Ballaststoffen
- vegan, idealer Begleiter in der veganen Ernährung
- für kalte und warme Speisen
- guter Salzersatz

Hefeflocken kaufen lohnt sich dank besonderer Inhaltsstoffe

Hefeflocken sind wahre Vitamin B Kraftpakete. 100 g des vollwertigen Würzmittels decken weit über 100 % des empfohlenen Tagesbedarfs an den **Vitaminen der B-Gruppe**: Vitamin B1 (Thiamin), Vitamin B2 (Riboflavin), Vitamin B3 (Niacin), Vitamin B5 (Phanthothensäure), Vitamin B6 (Pyridoxin), Vitamin B7 (Biotin) und Vitamin B9 (Folsäure). Zudem sind die Hefeflocken reich an **wertvollen Ballaststoffen und hochwertigem pflanzlichen Eiweiß –** unter anderem liefern sie die natürliche Aminosäure Glutaminsäure. Gleichzeitig sind sie natriumarm, enthalten also nur wenig Salz. Hefeflocken gelten auch als hochwertige Quelle für Beta-Glucane.

B-Vitamine und deren gesundheitlicher Nutzen – Hefeflocken als natürlicher Vitamin B Lieferant

Die Vitamine der B-Gruppe sind wesentlich für die Stoffwechselprozesse im menschlichen Körper verantwortlich. Sie sind an vielen Abläufen beteiligt, so dass eine ausreichende Versorgung immer sichergestellt sein sollte. Die B-Vitamine aus Hefeflocken tragen zum normalen Erhalt folgender Körperfunktionen bei: Energiestoffwechsel (B1, B2, B5, B6), Nervensystem (B1, B2, B6), Immunsystem (B5, B6), Homocystein-Stoffwechsel (B5, B6), Herzfunktion (B1), Psychische Funktion (B1, B5, B6) und Ausdauersport (B2, B6).

Herstellung der Hefeflocken

Topfruits vegane Hefeflocken werden in einem schonenden Spezialverfahren hergestellt, sodass die wertgebenden Vitamine in hoher Konzentration erhalten bleiben. Der Nährboden für die Vermehrung der Hefen besteht aus Rübenmelasse. Die Rübenmelasse wird mit Mineralsalzen und Vitaminpräparaten versetzt, um ein optimales Hefewachstum zu gewährleisten. Der entstandene Heferahm wird schonend getrocknet. Beheizte rotierende Walzen werden mit dem Heferahm benetzt. Durch die Hitze öffnen sich die Hefezellen und das Hefezellwasser verdunstet. Aufgrund der entzogenen Verdampfungswärme wirken auf die Hefen Temperaturen von knapp 100 °C für nur wenige Sekunden ein. Dadurch werden die Hefeinhaltsstoffe kaum beeinträchtigt und bleiben nennenswert vorhanden. Innerhalb einer Walzenumdrehung sind die Hefeflocken getrocknet. Sie werden kontinuierlich von der Walze abgeschabt.

Hefeflocken statt Käse – eine echte pflanzliche Alternative

Image not found or type unknown

Hefeflocken binden und würzen viele Gerichte & sind gleichzeitig eine vitaminreiche Ergänzung eines vollwertigen Speiseplans. Eine Bereicherung sowohl für die kalte als auch warme Küche. Wenn Sie von den B-Vitaminen profitiert möchten die in Hefeflocken enthaltenen sind, dürfen Sie die Hefeflocken nicht mitkochen und erst den fertigen Gerichten beigeben. Sehr ergiebig, 1 – 2 Teelöffel pro Mahlzeit genügen und machen Speisen angenehm aromatisch.

Hefefklocken aus Melasse können eingesetzt werden in:

- Salaten & Salatsoßen
- Suppen
- zum Abbinden von Saucen
- zum Würzen von Gemüse- oder Pfannengerichten
- macht Pasta, Risotto & Aufläufe cremig und ?käsig?
- zur Herstellung eines veganen Käseschmelz

Hinweis zu Glutamat – Glutaminsäure gibt den Hefeflocken ihre Würzkraft

In Hefeflocken, Hefewürfeln oder Hefeextrakt und anderen Lebensmitteln wie Getreide, Gemüse, Soja und tierischen Produkten, kommt die freie Aminosäure Glutaminsäure und die entsprechende kristalline Salzform, das Glutamat, vor. Die Glutaminsäure entsteht beim Abbau der Hefezellen aus strukturbildenden Eiweißstoffen. Im menschlichen Organismus wird die Aminosäure je nach exogener Zufuhr selbst synthetisiert und liegt meist in gebundener Form vor. Sie spielt dabei eine große Rolle in vielen Stoffwechselvorgängen, ist essentiell für den Aufbau von körpereigenen Proteinen und zählt zu den wichtigsten erregenden Neurotransmittern im zentralen Nervensystem. Im Schnitt produziert ein Mensch 50 mg Glutaminsäure pro Tag und 10 mg Glutamat pro Tag.
Die in der Öffentlichkeit verrufene Problemsubstanz (Mononatrium-) Glutamat wird vorwiegend künstlich durch biotechnologische Verfahren gewonnen und muss als Geschmacksverstärker deklariert werden. Sie verleiht Fertigprodukten wie Tütensuppen und Pizza sowie Chips und Soßen das bekannte würzig-salzige Aroma. Gesundheitlich negative Auswirkungen durch Aufnahme normaler Mengen an Glutamat konnten bislang nicht wissenschaftlich bestätigt werden. Deshalb sieht das Bundesinstitut für

Risikobewertung bei der Verwendung geringer Mengen an Glutamat, beispielsweise zur Zubereitung von Speisen mit Hefeflocken, kein Gefahrenpotential für die Gesundheit.

Allgemeine Hinweise zu den natürlichen Hefeflocken

Zutaten: 100 % Hefeflocken glutenfrei.
Lagerung: Trocken und gut verschlossen lagern, unbedingt vor Feuchtigkeit schützen.

Zum Produkt

Nährwertangaben zum Produkt "Hefeflocken auf Basis von Melasse - glutenfrei und vegan, natürliches Vitamin B"

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	1405 kj
Brennwert kcal	335 kcal
Fett	5.0 g
davon gesättigte Fettsäuren	1.8 g
Kohlenhydrate	15 g
davon Zucker	7.0 g
Ballaststoffe	20 g
Eiweiß	49 g
Salz	0.5 g