Cashewmus 500g, Eigenproduktion aus 100% natur Bio kbA Cashewkernen, für Aufstrich und Cashewmilch

Bio Cashewmus – 100 % natürlich – ungeröstet & ungesalzen – ohne Zusätze

Topfruits Premium Cashewmus besteht aus ungerösteten, aromatischen Bio-Cashewkernen. Cashews enthalten essentielle Aminosäuren, ungesättigte Fettsäuren und verdauungsfördernde Ballaststoffe. Die Kerne sind reich an B-Vitaminen sowie den Mineralien und Spurenelementen Kalium, Magnesium, Phosphor, Eisen, Kupfer, Zink und Mangan. Cashewmus hat einen vollen, nussigen Geschmack und ist in der kalten Küche vielseitig verwendbar. Aufgrund des Fettgehaltes der verwendeten Bio Cashewkerne kann die Konsistenz des Bio Cashwemus variieren und manchmal auch fester sein. Wir empfehlen Ihnen, sich im Web zusätzlichen zu den gesundheitlichen Vorteilen von Cashews zu informieren.

Vorteile von Topfruits Cashewmus auf einen Blick

image not found or type unknown
cashewmus-mit-loeffel-und-cashews

- 100 % naturbelassen, aus biologischem Anbau
- reich an wertvollen Ballaststoffen
- reich an ungesättigten Fettsäuren
- reich an essentiellen Aminosäuren

Verzehrempfehlung für Bio Cashewmus

Cashewmus ist in der Küche vielseitig verwendbar. Im Müsli oder Frischkornbrei macht es Ihr Frühstück viel cremiger und sorgt gleich morgens für einen genussvollen Start in den Tag. Es macht sich aber auch gut in Desserts, süßen Backwaren oder als Brotaufstrich. Außerdem kann man aus Bio Cashewmus frische Cashewmilch herstellen. Es eignet sich dank seiner geschmeidigen Konsistenz auch als natürliche, pflanzliche Sahne-Alternative. Man sollte es mit dem Verzehr jedoch nicht übertreiben. Wer es in Maßen verzehrt, braucht sich keine Sorgen um seine Figur zu machen, sondern profitiert von den wertvollen Inhaltsstoffen. Leckere Rezeptideen mit Cashew Mus finden Sie unter dem Reiter "Rezepte"!

Besondere Vitalstoffe von Cashewmus

Cashewkerne haben im Vergleich zu ?echten? Nüssen einen geringeren Ölgehalt von etwa 40 %. Dennoch ist **Cashewmus reich an ungesättigten und essentiellen Fettsäuren, unter anderem auch Omega 3.** Unser Gehirn ist für seine alltägliche Funktion auf Omega-3-Fettsäuren angewiesen. Außerdem enthalten Cashews viele essentielle und nicht-essentielle Aminosäuren, die für den Muskelerhalt zuständig sind. Essentielle Amino- und Fettsäuren kann unser Organismus nicht selbst herstellen, sie müssen daher über die Nahrung aufgenommen werden. Cashewkerne sind ein ballaststoffreiches Nahrungsmittel, das lange satt hält. Ballaststoffe fördern die Verdauung und nähren die Darmflora. Aufgrund der 100-prozentigen Naturbelassenheit unseres Bio Cashewmuses bleibt der Großteil der Cashew-Vitalstoffe erhalten.

Worauf sollte ich achten, wenn ich qualitativ hochwertiges Cashewmus kaufen will?

Sie sollten nur unverarbeitetes Cashewmus kaufen, ohne Öl- und Zuckerzusatz oder Zusatzstoffe. Unser Cashewmus besteht zu 100 % aus naturbelassenen und ungerösteten Cashews. Da wir keine Emulgatoren verwenden, kann sich bei der Lagerung das nusseigene Öl ablagern. Mit einer Gabel kann es ganz einfach wieder mit dem restlichen Mus vermengt werden. Cashews stammen ursprünglich aus Südamerika, werden aber inzwischen auch in vielen asiatischen Ländern angebaut. Cashewbäume werden bis zu 12 Meter hoch und bilden sogenannte Cashewäpfel, an denen birnenförmige Fruchtkörper wachsen. In dieser Cashewfrucht befindet sich der Cashewkern. Pro Frucht gibt es nur eine Cashew. Cashews sind also keine Baumnüsse, sondern Samen.

Allgemeine Informationen zu Topfruits Cashewmus Bio

Zutaten: Cashewmus, Bio kbA, natur, ungeröstet
Lagerung: kühl und trocken lagern
Verpackung: Schraubglas

Zum Produkt

Nährwertangaben zum Produkt "Cashewmus 500g, Eigenproduktion aus 100% natur Bio kbA Cashewkernen, für Aufstrich und Cashewmilch"

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	2489 kj
Brennwert kcal	595 kcal
Fett	48 g
davon gesättigte Fettsäuren	9.3 g
Kohlenhydrate	25 g
davon Zucker	12 g
Eiweiß	16 g

Zusätzliche Informationen

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.