Basis Ballaststoff Mix - 100% natürliche Pulvermischung, ungesüßt, vegan, vielseitig verwendbar

Basis Ballaststoff Mix mit 60 % pflanzlichen Ballaststoffen, gut für die Verdauung und Darmflora, natürlich ungesüßt, ohne Farb- und Konservierungsstoffe

Der **Topfruits Ballaststoffmix Basis** überzeugt durch eine sorgfältig abgestimmte Rezeptur mit besonders **hohem Ballaststoffgehalt** aus 100 % natürlichen Zutaten. Mit der feinen Pulvermischung lässt sich im Handumdrehen ein wohlschmeckendes Getränk zubereiten, das den Speiseplan gezielt mit wertvollen Ballaststoffen ergänzt. Mit **über 60 % Ballaststoffen** übertrifft das Pulver viele Produkte, die üblicherweise als ballaststoffreich beworben werden, deutlich.

Die Basis bilden ausgewählte Fasern aus **Akazienfaser und Inulin**. Ergänzt wird die Mischung durch **gemahlene Bio Flohsamenschalen** sowie **Mehl aus gekeimten Bio Leinsamen**. Eine milde natürliche Süße stammt ausschließlich aus ballaststoffreichem **Karottenpulver**. Das Getränkepulver lässt sich ganz nach Vorliebe in Wasser oder Pflanzendrink einrühren oder unkompliziert unter das Frühstück mischen.

Dank seines neutralen Geschmacks und der zurückhaltenden Farbe ist der Ballaststoffmix vielseitig in der Küche einsetzbar. Ob im Müsli, im Smoothie oder als Zutat in Backrezepten – auf einfache und natürliche Weise lassen sich Speisen mit zusätzlichen Ballaststoffen anreichern. Der Basis Ballaststoffmix eignet sich ideal für alle, die ein naturbelassenes und funktionales Ballaststoffpulver schätzen. **Eine ballaststoffreiche Ernährung kann zu einer normalen Verdauungsfunktion beitragen und das allgemeine Wohlbefinden unterstützen.**

Vorteile von Topfruits Ballaststoffdrink Basis auf einen Blick:

- 100 % natürlich & pflanzlich
- unterstützt die Darmgesundheit - gut für die Verdauung und Darmflora
- hohes Quellvermögen - fördert eine langanhaltende Sättigung
- reine Fasermischung - ohne künstliche Aromen, Süß- und Füllstoffe
- geschmacksneutral - ideal zum Mischen in Säften, Shakes oder einfach in Wasser

Was macht unseren Ballaststoffmix Basis besonders?

Viele Ballaststoffprodukte basieren auf einzelnen Faserstoffen oder enthalten Zucker, Aromen und andere Zusätze. Unser Ballaststoffdrink Basis verfolgt bewusst einen anderen Ansatz: Er kombiniert ausgewählte, rein pflanzliche Ballaststoffquellen zu einer ausgewogenen Rezeptur mit natürlicher Vielfalt.

Die fein gemahlene Karotte liefert wertvolle pflanzliche Bestandteile und sorgt für eine milde, natürliche Basis. Inulin aus Zichorienwurzeln ergänzt die Mischung als gut lösliche Faser. Gekeimte Bio Leinsamen, ebenfalls gemahlen, steuern sowohl lösliche als auch unlösliche Ballaststoffe bei und werden durch gemahlene Akazienfaser harmonisch abgerundet. Bio Flohsamen bilden den letzten Baustein dieser sorgfältig komponierten Mischung.

Durch den bewussten Verzicht auf Zucker, Aromen oder sonstige Zusätze erhalten Sie ein Naturprodukt, das sich flexibel in den Alltag integrieren lässt. Der neutrale Charakter ermöglicht eine individuelle Verwendung – pur, eingerührt oder kombiniert mit weiteren Zutaten nach persönlichem Geschmack.

Anwendungstipps für den Ballaststoffdrink

Für einen schmackhaften Ballaststoffdrink rühren Sie einfach 20 g der Mischung in 250 ml Wasser oder Pflanzenmilch ein. Der Drink eignet sich ideal nach dem Sport oder als kleine Zwischenmahlzeit.

Besonders sinnvoll ist der Verzehr vor einer Mahlzeit, da Ballaststoffe zu einem langsameren Anstieg des Blutzuckerspiegels beitragen können.

Darüber hinaus lässt sich das Ballaststoffpulver vielseitig einsetzen: als Ergänzung in selbst gemachten Smoothies, im Müsli oder im Frischkornbrei. Auch herzhafte Brotaufstriche, etwa auf Basis von Roter Bete, lassen sich damit unkompliziert verfeinern. Ebenso passt das rein natürliche Ballaststoffpulver gut zu roten Fruchtdesserts und erweitert diese auf einfache Weise um wertvolle Ballaststoffe.

Wissenswertes zu Ballaststoffdrink Basis

Basis Ballaststoffmix - Die Kraft der Ballaststoffe

Aber was genau macht Ballaststoffe für unsere Gesundheit so wichtig? Ballaststoffe sind essenzielle Bestandteile einer vollwertigen Ernährung. Hier finden Sie einige wichtige Funktionen und Eigenschaften von Ballaststoffen in der Nahrung.

- **Verdauungsförderung:** Ballaststoffe unterstützen eine gesunde Darmtätigkeit und helfen, Verstopfungen vorzubeugen.
- **Sättigungsgefühl:** Eine ballaststoffreiche Ernährung sorgt dafür, dass Sie sich länger satt fühlen, was wiederum beim Gewichtsmanagement helfen kann.
- **Blutzuckerkontrolle:** Ballaststoffe können den Anstieg des Blutzuckerspiegels nach den Mahlzeiten verlangsamen.
- **Cholesterinspiegel:** Einige Ballaststoffe sind bekannt dafür, den LDL-Cholesterinspiegel zu senken.
- **Gesunde Darmflora aufbauen und nähren:** Mithilfe von Prä- und Probiotika kann man eine gesunde Darmflora aufbauen, die sich positiv auf unsere Gesundheit auswirkt. Lösliche und unlösliche Ballaststoffe nähren die guten Darmbakterien im Dickdarm, welche wiederum für die Produktion bestimmter physiologisch günstiger Säuren verantwortlich sind, wie Milchsäure und Propionsäure
  Probiotika und Präbiotika: Gesunde Darmflora aufbauen | NDR.de - Ratgeber - Gesundheit

Ballaststoffkonsum in Deutschland

Ihre Verdauung ist vielleicht mehr wie alles andre entscheidend für Ihr Wohlbefinden. Das Geschehen im Darm steht in direkter Verbindung mit unserem Gehirn und unserer Psyche, aber auch 70 % unserer Immunzellen befinden sich im Darm. Verstopfung, Durchfall oder Reizdarm, sind Zeichen, dass mit Ihrem Darm etwas nicht stimmt. **In der modernen Ernährung fehlen vor allem drei Dinge: Ballaststoffe, fermentierte Lebensmittel und Bitterstoffe.** Unsere Vorfahren sind durch Ballaststoff- bzw. Faserstoffreiche pflanzliche Lebensmittel problemlos auf eine Ballaststoffzufuhr von 100 g am Tag gekommen, während der "moderne" Mensch Mühe hat auf die von den Experten geforderten 30 g am Tag zu kommen! Wenn Ihnen dieser Sachverhalt bisher nicht bewusst war, dann haben Sie hier den Schlüssel für eine nachhaltige Verbesserung Ihrer Gesundheit.

Natürliche Ballaststoffe für mehr Vitalität im Alltag

Mit unserem natürlichen Ballaststoffdrink aus Inulin, Leinsamen und Karotte bringen Sie Ihren Körper in Schwung und tun gleichzeitig etwas Gutes für Ihre Gesundheit. Bereits mit einem Glas Topfruits Ballaststoffdrink Basis decken Sie über 40 % der offiziell empfohlenen Tagesmenge an Ballaststoffen. Es gibt keine Tageshöchstmenge für das natürliche Pulver, wenn Sie mehr für Ihre Gesundheit tun möchten, spricht nichts dagegen, dass sie vor jeder Mahlzeit ein Glas unseres Ballaststoffdrinks genießen. Vor allem dann, wenn Sie ansonsten eher ballaststoffarme Lebensmittel konsumieren. **Probieren Sie es aus und spüren Sie den Unterschied einer ballaststoffreicheren Ernährung!**

Jetzt Topfruits Basis Ballaststoff Mix kaufen & die Darmflora natürlich unterstützen!

Geben Sie Ihrer Verdauung genau das, was sie braucht. Mit unserem Ballaststoff Mix decken Sie bereits mit einer Portion fast die Hälfte der empfohlenen Tagesmenge an Ballaststoffen – einfach, pur und wirkungsvoll.

Allgemeine Informationen zu Topfruits Basis Ballaststoffmix

Zutaten: Karotte gemahlen, Inulin aus Zichorienwurzeln, Bio-Leinsamen gekeimt gemahlen, Akazienfaser (Gummi arabicum) gemahlen, Bio Flohsamenschalen gemahlen
Lagerung: kühl und trocken lagern, in einem dicht schließenden Behälter
Verpackung: Standbodenbeutel

Zum Produkt

Nährwertangaben zum Produkt "Basis Ballaststoff Mix - 100% natürliche Pulvermischung, ungesüßt, vegan, vielseitig verwendbar"

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	1165.3 kj
Brennwert kcal	284.3 kcal
Fett	9.3 g
davon gesättigte Fettsäuren	0.7 g
Kohlenhydrate	32.1 g
davon Zucker	10.3 g
Ballaststoffe	61.3 g
Eiweiß	6.8 g
Salz	0.4 g