Bio Spirulina Pulver, Arthrospira Platensis gemahlen, Naturalge

Spirulina Pulver Bio – 100 % reine Spirulina Arthrospira Platensis – schonend getrocknet und pulverisiert

Arthrospira Platensis ist eine blaugrüne Mikroalge und ein echtes Superfood. Ihr hoher Nährstoffgehalt macht sie zu einer wertvollen Ergänzung für eine ausgewogene Ernährung. Wenn Sie bei uns Spirulina Pulver kaufen, erhalten Sie 100% reinste Ware ohne Konservierungsstoffe oder sonstige Beimengungen. Unsere Spirulina Platensis stammt aus kontrollierten Quellen, die optimale Wachstumsbedingungen bieten. Die Alge wird schonend geerntet und verarbeitet, um die hohen Nährstoffgehalte zu bewahren. Bio Spirulinapulver enthält viel pflanzliches Eiweiß, Vitamine und Mineralstoffe. Ihr hoher Eiweißgehalt (60 bis 70%) ist einmalig in der Pflanzenwelt. Neben viel hochwertigem Eiweiß - mit einem hohen Anteil aller acht essenziellen Aminosäuren - bringt die Alge weitere Mineralstoffe und Spurenelemente, wie Eisen, Selen, Magnesium, Zink und Phosphor mit sich. Für Vegetarier und Veganer ist besonders der Eisengehalt im Bio Spirulina Pulver interessant, da hier Eisen in der am besten verwertbaren zweiwertigen Form vorliegt. Zudem zeichnet sich Spirulina Platensis durch viel Chlorophyll, verschiedene Enzyme und Antioxidantien aus. Spirulina Pulver Bio bietet vielfältige Verwendungsmöglichkeiten. Es lässt sich einfach in Smoothies, Joghurt, Müsli oder Säften einrühren.

bio-spirulina-pulver-smoothie

Vorteile Topfruits Bio Spirulina Pulver auf einen Blick

- 100 % rein pflanzliches Pulver aus Arthrospira Platensis ohne Zusätze
- mit wertvollem, pflanzlichem Eiweiß
- vielfältig zu verwenden

Bio Spirulina Pulver aus Spirulina Platensis: Das Superfood der Mikroalgen

Die Mikroalge Spirulina Platensis, auch als Blaualge bekannt, existiert seit rund 3,5 Milliarden Jahren. Es handelt sich um **mikroskopisch kleine Cyanobakterien**, die in der Lage sind, Fotosynthese zu betreiben. Von den 35 verschiedenen Spirulina-Arten ist die Spirulina Platensis die bekannteste. Der Name "Spirulina" leitet sich von der charakteristischen spiralförmigen Struktur der Alge ab, die auch zu ihrer besseren Verdaulichkeit beiträgt. Trotz ihrer kleinen Größe von nur etwa 0,5 mm hat diese blaue Alge die Eigenschaften eines echten Superfoods.

Verwendungstipps für unser Spirulina Pulver Bio aus Arthrospira Platensis

Topfruits Bio Spirulinapulver lässt sich einfach und unkompliziert in die tägliche Ernährung einbauen. Sie können **täglich 1 bis 2 Teelöffel** Spirulina Platensis Pulver in Ihren Smoothie, Joghurt, Müsli oder Saft geben. Beginnen Sie mit kleinen Mengen und steigern Sie die Dosis nach Bedarf. Um optimal vom Eisengehalt im Spirulinapulver zu profitieren, ist die Kombination mit Vitamin-C-haltigen Produkten empfehlenswert, wie beispielsweise unser Acerola-Fruchtpulver, Camu-Camu-Pulver oder unseren Aloe-Vera-Gel-Saft mit Acerola Püree.

Rezepttipp: Grüner Smoothie mit Bio Spirulina Platensis Pulver

Zutaten für 1 Portion:

- 1 reife Banane
- ½ Apfel
- 1 TL Spirulina Pulver Bio
- 1 kleines Stück Ingwer (ca. 1 cm)
- 200 ml stilles Wasser oder Kokoswasser
- Optional: Saft einer halben Zitrone

Zubereitung:
Banane und Apfel in Stücke schneiden. Alle Zutaten in einen Mixer geben und fein pürieren. In ein Glas füllen und sofort genießen.

Allgemeine Informationen zu Topfruits Bio Spirulina Pulver

Zutaten: 100 % Spirulina Platensis getrocknet und vermahlen
Lagerung: kühl, trocken und dunkel lagern, in einem dicht schließenden Behälter
Verpackung: Pappdose

Leckere Rezepte mit Bio Spirulina Pulver von Topfruits

Energy-Balls mit Spirulina Platensis Pulver

Zutaten (für ca. 12 Stück):

- 200 g Deglet Nour Datteln ohne Stein
- 70 g Haferflocken
- 50 g Kürbiskerne
- 2 EL Sesam
- 1 EL Chiasamen
- 2 EL Kokosöl
- 1 TL Bio Spirulina Pulver
- 1 Prise Salz

Zubereitung:

Datteln in warmem Wasser ca. 15 Minuten einweichen und abtropfen lassen. Kokosöl schmelzen. Alle Zutaten in einen Mixer geben und zu einer klebrigen Masse verarbeiten. Aus der Masse kleine Kugeln formen. Die fertigen Spirulina-Energy-Balls im Kühlschrank fest werden lassen und gekühlt aufbewahren.

Zum Produkt

Nährwertangaben zum Produkt "Bio Spirulina Pulver, Spirulina Platensis gemahlen, Naturalge"

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	1548 kj
Brennwert kcal	366 kcal
Fett	6.0 g
davon gesättigte Fettsäuren	1.1 g
Kohlenhydrate	10.5 g
davon Zucker	3.8 g
Eiweiß	64 g