



# Gerstengras Pulver, kbA, 90g

Stoffwechsel & Nerven



<b>Artikelnummer</b> 1010283	<b>GTIN-Stück</b>  4 036185 004782	<b>GTIN-Verpackung</b>	<b>eco-ID</b> 122471	
---------------------------------	---	------------------------	-------------------------	---

## Marke

Sanatur

## Qualität

Bio-Siegel, EU Bio-Logo, Deutsche Landwirtschaft

## Verzehrsempfehlung

8 g Gerstengras Pulver

## Allgemeines

Gerstengras - das kraftvolle Süßgras

Geschmack: aromatisch-herb

Das heimische Süßgras kann eine vollwertige Ernährung mit Ballaststoffen bereichern.

Gerstengras enthält über 40 g Ballaststoffen pro 100 g. Dadurch passt dieses Getreidegras hervorragend in die moderne, vollwertige Küche.

Besonders geschätzt, wenn eine Ernährungsumstellung, eine ballaststoffreiche oder basische Ernährung unterstützt werden soll.

## Besonderheiten

- Rohkost-Qualität
- aus deutschem Bio-Anbau
- glutenfrei
- frei von Farb- und Konservierungsstoffen
- laborgeprüfte Reinheit
- 100 % vegan
- enthält natürlichen Schwefel - 20 mg pro Portion

## Kurzbeschreibung

Gräser sind wertvolle Nahrungsmittel und bereichern die Ernährung mit Mineralien und Ballaststoffen. Jede Grasart hat ihren eigenen Geschmack. Gerstengras ist aromatisch herb mit leicht bitterer Note.

## Anwendung

innerlich

## Hinweise zur Handhabung oder Verwendung

Zur Optimierung einer ballaststoffreichen Ernährung.

## Gebrauchsanweisung

Pulver in Säfte, Wasser oder Brühen einstreuen und verrühren.

Inhalt reicht für ca. 11 Portionen

## Lager- und Aufbewahrungshinweis

Trocken lagern, vor Licht und Wärme schützen





# Gerstengras Pulver, kbA, 90g

Stoffwechsel & Nerven



<b>Artikelnummer</b> 1010283	<b>GTIN-Stück</b>  4 036185 004782	<b>GTIN-Verpackung</b>	<b>eco-ID</b> 122471	
---------------------------------	---	------------------------	-------------------------	---

## Rezept, Zubereitung

Grüne Basensuppe (Für 2 Personen)

1 EL Olivenöl  
250 g Zucchini  
50 g Lauch  
1 Knoblauchzehe  
300 ml Gemüsebrühe  
2 EL Petersilie  
50 ml „Pflanzensahne“  
2 EL Pinienkerne  
1 Prise Muskatnuss  
1 Prise Kreuzkümmel  
1 EL Gerstengras-Pulver  
1 Handvoll junge Erbsen  
Salz & Pfeffer nach belieben

Zucchini und Lauch waschen und in kleine Scheiben schneiden. Die Knoblauchzehe schälen und ebenfalls zerkleinern. Das Gemüse zusammen mit dem Knoblauch im Olivenöl andünsten. Die Gemüsebrühe zugeben und 15 Minuten köcheln lassen. Inzwischen die Pinienkerne in einer Pfanne anrösten und beiseite stellen. Petersilie fein hacken. Das Gemüse mit der Brühe, 1 EL Petersilie und 1 EL Pinienkerne pürieren. Danach die Pflanzensahne, die Gewürze und das Gerstengras-Pulver zugeben und mit dem Pürierstab aufschäumen.

Die Suppe in 2 Teller füllen und mit den restlichen Pinienkernen, jungen Erbsen und der Petersilie garnieren. Guten Appetit!

### Frischer Brotaufstrich

Zutaten:

100 g Doppelrahmfrischkäse  
50 g Speisequark (Magerstufe)  
80 g Schafskäse  
1EL feines Leinöl  
3 getrocknete Tomaten  
1 frische Tomate  
2 TL Gerstengras Pulver  
Salz, Pfeffer, Chillipulver  
etwas Zitronenschale (Abrieb), Petersilie, Minze

Zubereitung:

Frischkäse, Speisequark, 50 g Schafskäse und Leinöl zu einer cremigen Masse verrühren, würzen und die kleingeschnittenen, getrockneten Tomaten und gehackten Kräuter unterrühren.

Mit etwas frischer Tomate und dem Rest Schafskäse garnieren.



# Gerstengras Pulver, kbA, 90g

Stoffwechsel & Nerven



<b>Artikelnummer</b> 1010283	<b>GTIN-Stück</b>  4 036185 004782	<b>GTIN-Verpackung</b>	<b>eco-ID</b> 122471	
---------------------------------	---	------------------------	-------------------------	---

## Health-Claims

Chrom (Cr), Kalium (K) und Molybdän (Mo) in Gerstengras tragen bei:

- zu einer normalen Funktion des Nervensystems (K)
- zu einer normalen Verstoffwechslung schwefelhaltiger Aminosäuren (Mo)
- zum normalen Stoffwechsel von Makronährstoffen (Cr)
- zur Aufrechterhaltung eines normalen Blutzuckerspiegels (Cr)

## Herstellung

Sanatur Gerstengras wird von Biobauern im Süden von Deutschland angebaut.

Die saftigen Grashalme werden bei einer Wuchshöhe von ca. 40 cm gemäht, sorgsam verlesen und anschließend bei Raumtemperaturen unter 40 Grad schonend getrocknet.

Die jungen grünen Halme, haben zum Erntezeitpunkt noch nicht mit der Bildung der glutenhaltigen Getreidekörner begonnen. Daher ist das getrocknete Gerstengras glutenfrei.

Der getrocknete Grasschnitt wird zu extra feinem Pulver vermahlen und in umwelt- und menschenfreundliche Braungläser oder Weißblechdosen abgefüllt.

## Sonstige Hinweise

Sanatur Qualitätsstandard - Sanatur Gräser müssen qualitativ einwandfrei sein. Daher wird jede Charge von unabhängigen und akkreditierten Labors geprüft. Die Prüfung umfasst neben der Nährstoffdichte, die Kontrolle von Bakterien, Aflatoxinen, Pestiziden, Schwermetallen und Mineralölen.

Bitte beachten: Der Nährstoffgehalt unterliegt natürlichen Schwankungen. Daher werden die Nährstoffgehalte chargenbezogen angegeben!

Die Füllhöhe ist von der variierenden Rohstoffdichte abhängig und kann bei gleichem Füllgewicht unterschiedlich hoch sein!

## Zollrechtliche Herkunft

Deutschland (DE)

## Wechselnde Ursprungsländer

nein

## Ursprungsland/ -region Hauptzutaten

Deutschland

## Verarbeitungsland

Deutschland

## Verpackungsland

Deutschland

## Zutaten

Gerstengras Pulver 100 %\*

*\*aus kontrolliert ökologischer Erzeugung*

*Diese Zutatenliste entspricht einer Volldeklaration im Sinne der Richtlinien des Bundesverbandes Naturkost & Naturwaren.*

*Dieses Produkt ist nicht aromatisiert.*



# Gerstengras Pulver, kbA, 90g

Stoffwechsel & Nerven



<b>Artikelnummer</b> 1010283	<b>GTIN-Stück</b>  4 036185 004782	<b>GTIN-Verpackung</b>	<b>eco-ID</b> 122471	
---------------------------------	---	------------------------	-------------------------	---

## Allergiehinweise

nicht enthalten: Gluten

## Weitere Eigenschaften

vegan ✓ vegetarisch ✓ alkoholfrei ✓ glutenfrei ✓ laktosefrei ✓ Rohstoffe nicht jodiert ✓ ungesüßt ✓ Rohkostqualität ✓

## Warengruppenspezifische Angaben

Rechtlicher Status	Lebensmittel
Süßung	nicht gesüßt
Verwendungsdauer	90 Tage
Verarbeitungsweise	getrocknet
Darreichungsform	Pulver
Packungsart	Standardgröße
Altersbeschränkung	keine Altersbeschränkung
Rohkost Gradangabe	40

## Qualität

Bio-Erzeugnis	ja
Staatliche Siegel	Bio-Siegel, EU Bio-Logo
Länderzusatz des EU-Logos	Deutsche Landwirtschaft
Öko-Kontrollstelle	DE-ÖKO-001

## Gesetzliche Angaben

Zusatzstoffe, Rechtlicher Hinweis	Keine deklarationspflichtigen Zusatzstoffe vorhanden
Rechtliche Bezeichnung des Produkts	Bio Lebensmittel
Inverkehrbringer	Sanatur GmbH, Im Haselbusch 16, D-78224 Singen; info@sanatur.de
E-Mail Inverkehrbringer	info@sanatur.de

## Portionsangaben

Portionsgröße pro Mahlzeit bzw. empf. Tagesdosis in g **0 | 8 g**

## Nährwerte & Analyseergebnisse bezogen auf 100 g

Energie kJ / kcal	1106 kJ / 267 kcal
Fett	2,5 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,8 g
Kohlenhydrate	23,3 g
davon Zucker	9,4 g
Ballaststoffe	49,2 g
Eiweiß	13,2 g
Ermittlung der Nährwerte durch	Analyse
Salz	0,094 g



# Gerstengras Pulver, kbA, 90g

Stoffwechsel & Nerven



<b>Artikelnummer</b> 1010283	<b>GTIN-Stück</b>  4 036185 004782	<b>GTIN-Verpackung</b>	<b>eco-ID</b> 122471	
---------------------------------	---	------------------------	-------------------------	---

## Nährwerte & Analyseergebnisse bezogen auf 8 g

Energie kJ	88 kJ
Energiegehalt in kcal	21,36 kcal
Fett	0,20 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,06 g
Kohlenhydrate	1,86 g
davon Zucker	0,75 g
Ballaststoffe	3,9 g
Eiweiß	1,06 g
Salz	0,008 g

## Nährwerte & Analyseergebnisse Tagesbedarf ( % ) bezogen auf 8 g

Energie kJ	1,05 %
Energiegehalt in kcal	1,07 %
Fett	0,29 %
davon gesättigte Fettsäuren	0,30 %
Kohlenhydrate	0,69 %
davon Zucker	0,83 %
Eiweiß	2,12 %
Salz	0,13 %

## Vitamine & Mineralien

Vitamin K	1125 µg
Chrom	120 µg
Kalium	3750 mg
Molybdän	94 µg

## Vitamine & Mineralien bezogen auf 8 g

Vitamin K	90 µg
Chrom	9,6 µg
Kalium	300 mg
Molybdän	7,5 µg

## Vitamine & Mineralien Tagesbedarf ( % ) bezogen auf 8 g

Vitamin K	120 %
Chrom	24 %
Kalium	15 %
Molybdän	15 %

## Maße und Gewichte der VE (VerbrauchsEinheit / Stück)

Füllgewicht	0,090 kg
-------------	----------

## Angaben zur VE (VerbrauchsEinheit / Einzel)

Verpackungsart	Flasche
Verpackungsmaterial	Glas



# Gerstengras Pulver, kbA, 90g

Stoffwechsel & Nerven



<b>Artikelnummer</b> 1010283	<b>GTIN-Stück</b>  4 036185 004782	<b>GTIN-Verpackung</b>	<b>eco-ID</b> 122471	
---------------------------------	--	------------------------	-------------------------	--

## Preise und Konditionen

Pfand..... nein

## Sonstiges

PZN..... 11013224

Klimaschutz..... Braunglas ohne Umverpackung, regionaler Anbau

## Sensorik, Beschaffenheit

Geschmack..... aromatisch herb

Geruch..... grasig

Konsistenz..... feines Pulver

## Weblinks

### Sanatur

 Gerstengras 250 Tabletten, kbA, 100g 1010251	 Gerstengras Pulver, kbA, 250g 1010287	 Omega-3 pflanzlich Bio, 90 Kapseln, 53g 1010842	 Ashwagandha, bio, 36g 1010206
 SPIRU®B-Vitamin Complex, 90 Kapseln, 54g 1010221	 Rhodiola Rosea Plus, 60 Kapseln, 35g 1010072		