

● Das grüne Kraftpaket

Der Mythos um seinen Eisengehalt machte den Spinat berühmt und begehrt. Dazu hat nicht zuletzt die beliebte Comicfigur Popeye – ein Spinat vertilgender Matrose, dem das Gemüse ungeahnte Kräfte verleiht – beigetragen. Mittlerweile ist klar, dass der Eisengehalt von Spinat nicht so hoch ist wie einst angenommen. Dennoch zählt Eisen zu den wichtigen Nährstoffen des Blattgemüses. Und darüber hinaus hat der Spinat noch viel mehr zu bieten: Neben wichtigen Vitaminen enthält er auch Mineralstoffe und Antioxidantien sowie Chlorophyll. Spinat ist also ein heimisches Superfood.

### Der Farbklecks für Pizza, Pasta und Co

Bis heute ungeklärt ist der Ursprungsort des Garten- oder Gemüsespinats (*Spinacia oleracea*). Vieles deutet jedoch auf Südwestasien hin. Der deutsche Pflanzenkenner Albertus Magnus erwähnte die Pflanze bereits im 13. Jahrhundert. Einen erfolgreichen Siegeszug konnte Spinat jedoch erst im 16. Jahrhundert in deutschen Gärten verbuchen.

Beim Spinat handelt es sich um ein einjähriges Krautgewächs. Er hat eine rötliche Wurzel und aufrechte, hellgrüne bis gelbliche Stängel und saftig grüne Blätter. Spinatpflanzen werden bis zu einem Meter hoch. Am besten gedeiht Spinat in der kalten Jahreszeit. Deshalb ist es auch eines der ersten Gemüse, das im Frühling geerntet wird. Besonders beliebt sind noch junge Spinatblätter – auch bekannt als Babyspinat – da diese einen geringeren Oxalsäure-Gehalt haben.

Mit unserem Spinatpulver steht Ihnen der Allrounder für die moderne Küche ganzjährig zur Verfügung. Unser Pulver hat einen feinen, würzigen Geschmack nach Spinat und eignet sich aufgrund seiner intensiven Farbe sogar zum Färben verschiedener Lebensmittel. Wie wäre es zum Beispiel mit leuchtend grüner hausgemachter Pasta? Oder einem grünen Brot- oder Kuchenteig mit feiner Spinatnote? Spinatpulver verfeinert nicht nur zahlreiche Gerichte – es ist auch eine Offenbarung für das Auge. Spinat-Pizzateig, Salatsoßen, Verfeinerung von Suppen, Müsli – es gibt unzählige Möglichkeiten. Die vielen Vitalstoffe wandern auf natürliche Weise in Ihr Essen. Probieren Sie es aus – und vielleicht fühlen Sie sich mit Spinat ähnlich wohl wie unser Comicheld Popeye.

### Grasgrün, natürlich und vielseitig einsetzbar

Das besondere an unserem Spinatpulver: Durch den Wasserentzug bei der Trocknung liegen die Mikronährstoffe und sekundären Pflanzenstoffe hoch konzentriert vor. Dabei haben wir höchste Ansprüche an die Qualität: Wir verwenden ausschließlich frisches, rein natürliches Gemüse, das schonend getrocknet und ohne Zugabe von Zusatzstoffen oder Trennmitteln zu feinem Pulver vermahlen wird. Das Ergebnis ist ein an Mineralien und Nährstoffen reiches Produkt – von Natur aus vegan, lactose- und glutenfrei.

Unser Spinatpulver enthält natürliches Kalium, Calcium, Eisen und Magnesium und ist eine Quelle für Vitamin K und Vitamin C. Dies sind nur einige Argumente, die für Spinat sprechen:

- 100 Prozent natürliches Spinatblattpulver,
- schonend getrocknet und fein vermahlen,
- reich an Kalium und Magnesium,
- Quelle für Calcium und Vitamin K sowie C,
- enthält natürliches Beta Carotin,



- glutenfrei & vegan,
- für grüne Smoothies, bunten Teig und Soßen.

**Tipp:** Spinatpulver ist überaus vielfältig einsetzbar. Im Handumdrehen erhalten Sie beispielsweise einen höchst bioaktiven Superfood-Drink. Verrühren Sie unser Pulver einfach in Wasser oder Säften oder mixen Sie sich gar einen köstlichen Smoothie. Spinatpulver ist optimal geeignet, um Getränke mit Mineralien, Vitaminen und Spurenelementen anzureichern. Außerdem enthält Spinat kaum Kalorien. Darüber hinaus können Sie sogar Ihre Ostereier ganz natürlich färben. Pro halben Liter Flüssigkeit empfehlen wir eine Menge von etwa 2 Esslöffel des Pulvers.

### Aufbewahrung:

Bitte lagern Sie das Produkt trocken, lichtgeschützt und nicht über 25 °C.

### Zutaten:

Gemüsepulver (100 % Spinat), getrocknet und gemahlen

Durchschnittliche Nährwerte	je 100g
Brennwert	1259 kJ / 301 kcal
Fett	1,6 g
- davon gesättigte Fettsäuren	0,5 g
Kohlenhydrate	31 g
- davon Zucker	12 g
Eiweiß	33,8 g
Salz	1,2 g

**Inhalt:** 130 g

**PZN:** 13364910

Natürliche Kraft aus der Pflanze

PlantaVis GmbH, Am Sportplatz 3, DE-56291 Leiningen, Web: [www.plantavis.de](http://www.plantavis.de)  
 Tel.: +49 (0) 6746 8037853, Fax: +49 (0) 6746 8028820, E-Mail: [info@plantavis.de](mailto:info@plantavis.de)

PLANTA VIS

# GRÄSER UND GEMÜSE

---

## GRÜNE KRÄFTE NUTZEN

Schon unsere Mütter pflegten zu sagen: „Iss´ dein Gemüse damit du groß und stark wirst!“ Gräser und Gemüse bringen uns richtig auf Trab, denn sie enthalten viele wichtige Nährstoffe, auf die unser Körper im Alltag nicht verzichten kann. Nicht nur die Vitamine und Mineralstoffe pushen unseren Körper, auch der Pflanzenstoff Chlorophyll ist ein kostbarer Bestandteil.

Die PlantaVis Gräser- und Gemüsepulver sind nicht nur vitalisierend, sondern bieten unserem Körper eine optimale Grundlage für eine gesunde und ausgewogene Ernährung. Essen auch Sie grün!