



✓ lactosefrei  
✓ glutenfrei

Für Vegetarier +  
Veganer geeignet

# Flohsamen- schalen

Doppelherz Flohsamenschalen unterstützen eine ballaststoffreiche und gesunde Ernährung. Die Samenschalen des Indischen Flohsamens (*Plantago ovata*) haben einen hohen Gehalt an löslichen und sehr gut quellfähigen Ballaststoffen.

Diese unterstützen die natürliche Verdauung und die Darmgesundheit, da die Samenschalen ein Vielfaches ihres eigenen Gewichts an Flüssigkeit an sich binden können.

Indische Flohsamen sind gut verträglich, einfach in der Anwendung, geschmacksneutral und können bequem in den täglichen Ernährungsplan integriert werden. Sie sind zur längerfristigen Verwendung geeignet.

## Doppelherz Flohsamenschalen

- sind reich an hochwertigen und gut quellfähigen Ballaststoffen
- unterstützen die natürliche Verdauung und die Darmgesundheit
- sind geschmacksneutral und zur längerfristigen Anwendung geeignet

| Durchschnittliche Nährwerte | pro 100 g          | pro Portion (3 g) |
|-----------------------------|--------------------|-------------------|
| Energie                     | 767 kJ<br>190 kcal | 23 kJ<br>6 kcal   |
| Fett                        | < 0,5 g            | < 0,1 g           |
| davon gesättigte Fettsäure  | < 0,1 g            | < 0,1 g           |
| Kohlenhydrate               | 1,2 g              | 0,1 g             |
| davon: Zucker               | 0 g                | 0 g               |
| Ballaststoffe               | 84 g               | 2,5 g             |
| Eiweiß                      | 3,3 g              | < 0,1 g           |
| Salz                        | 0,30 g             | < 0,01 g          |

Der Salzgehalt ist ausschließlich auf die Anwesenheit vorkommenden Natriums zurückzuführen.

## Verzehrempfehlung:

2-mal täglich 1 gehäuften Teelöffel (je 3 g) in reichlich Flüssigkeit (mindestens 200 ml), Wasser oder Saft, verrühren und trinken. Anschließend 1–2 weitere Gläser Flüssigkeit trinken. Verzehrempfehlung:

## Hinweis:

Beim Verzehr ist auf eine reichliche Flüssigkeitszufuhr zu achten, da die Ballaststoffe Wasser binden und bei zu geringer Flüssigkeitszufuhr zu Darmverschluss führen können.



**Queisser**  
PHARMA

GmbH & Co. KG  
Schleswiger Str. 74  
24941 Flensburg