



Chiasamen

vom Produzenten auf Ihren Tisch.
die für Ihre Gesundheit ideale Nahrungsergänzung
nährt deinen gesamten Körper verbessert die Verdauung
verringert dein Gewicht verhindert Krankheiten
Nahrungsergänzungsmittel
Enthält keine Konservierungsstoffe oder andere Zusatzstoffe
Hoher Omega3 Gehalt
Ein mexikanisches Produkt für die Welt
Die Chiasamen (*Salvia hispanica*) sind die Quelle von vielfältigen
Nährstoffen
Antioxidanten
Kalzium
Kupfer
Natürliche Ballaststoffe
Phosphor
Eisen
Magnesium
Niacin (B3)
Omega 3
Kalium
Proteine
Riboflavin (B2)
Thiamin (B1)
Vitamin A
In der Metztli-Chia können Sie Omega 3 finden.
8mal mehr als in Lachs
2.8mal mehr als in Leinsamen
Ballaststoffe
1.5mal mehr als in jeglichem ballaststoffreichen Getreide
Eisen
6mal mehr als in Spinat
5mal mehr als in Linsen
Kalzium
7mal mehr als in Quark
6mal mehr als in Milch
Proteine
1.4mal mehr als im Ei
1.1mal mehr als im Fleisch
Phosphor
2.6mal mehr als in Nüssen
1.8mal mehr als in der Mandel
100% Glutenfrei





Chía

Altos Contenidos de

OMEGA 3

Aufgrund seines hohen Nährstoffgehalts, ist es hilfreich bei der Behandlung von: Lungen- und Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Anämie, Arteriosklerose, Arthritis, Asthma, Zöliakie, hohem Cholesterinspiegel, Depression, physischer Schwäche, Aufmerksamkeitsdefizit, Diabetes, degenerativen Erkrankungen und Erkrankungen des Nervensystems, Verstopfungen, Stress, Ekzem- und Psoriasis-Läsionen, Fettleibigkeit, Magen-Darm Problemen und Immunschwäche.

Die Chia kann von jedermann zu sich genommen werden, eingeschlossen von älteren Menschen, Personen mit Zöliakie oder Diabetes, Kindern und schwangeren Frauen.

Für weitere Informationen: Besuchen Sie unsere Internetseite

Direkte Vorteile für deinen Körper:

- Die Omega 3- und Omega 6-Fettsäuren der Chia unterstützen den Körper bei der Senkung des Cholesterinsowie Triglyceridspiegels. Dies führt zu einem gesünderen Herz und gesünderen Arterien.
- Die Ballaststoffe und weitere beinhaltete Stoffe können Effekte hervorrufen, die den Glukosegehalt im Blut senken, was besonders Diabetikern zugutekommt.
- Beinhaltete Flavonoide wirken wie Antioxidanten, die das Immunsystem stärken, was dabei hilft Infektionen zu vermeiden oder bereits Bestehende zu kontrollieren.
- Sie werden oft für die Gewichtsabnahme gebraucht, da sie ein Völlegefühl vortäuschen und außerdem wird der von außen kommenden Nahrung Fett abgezogen durch den Ballaststoffgehalt.
- Die löslichen Ballaststoffe (Pflanzenschleim) lindern Verstopfungen und verbessern bemerkenswert die Verdauung und lassen dabei die Gedärme sauber, um Krankheiten wie zum Beispiel Darmkrebs zu verhindern.
- Sein sehr hoher Protein-, Vitamin- und Mineralgehalt schützen deinen ganzen Körper, geben dir natürliche Energie und ergänzen gleichzeitig vegetarische Ernährung.
- Sein hoher Gehalt an Antioxidanten vermeidet vorzeitige Hautalterung

Anwendungsvorschläge

Fügen Sie sie direkt jeglichem Getränk bei: stilles Wasser, Mineralwasser, Fruchtwasser, Fruchtsäfte, Shakes, Joghurt, Malzgetränke, Kakao oder Eistee.

Sie können die Samen im Mixer mahlen und in Mehl-Form zu Brotteig, Kuchenteig, Keks- oder Pizzateig hinzufügen.

Bestreuen Sie Suppen, Eintöpfe, Cremes, Sushis, Salate,





Fruchtcocktails oder Muffins.

Außerdem

Die Chiasamen enthalten keine medizinischen Nebenwirkungen
Wenn Sie an Verstopfungen leiden, wird empfohlen sie während
des Fastens einzunehmen. Lassen Sie sie für 30 Minuten
einweichen und anschließend fügen Sie die Samen dem Getränk
ihrer Wahl hinzu.

Nährwertangaben

Eine Portion: 25 g

Energiegehalt:

Portionengröße

Trans-Fettsäuren

Cholesterin

Natrium

Portionen pro Behälter:

Gesamtlipide (von denen:)

gesättigte

einfach ungesättigte

mehrfach ungesättigte

Omega 3

Omega 6

Ballaststoffe

Vitamin A

Thiamin (B1)

Riboflavin (B2)

Niacin (B3)

Phosphor

Kalium

Kalzium

Eisen

Zink

Kupfer

Proteine

Prozentsatz der Tageswerte bezogen auf die empfohlene
Tagesdosis für die mexikanische Bevölkerung, festgelegt in nom-
051-scfi-1994

An einem kühlen und trockenen Ort aufbewahren

Netto-Inhalt

