

Bio Saatenmischung

Zutaten

Braune Leinsaat*, Hanfsamen* ungeschält, Chiasamen* (Salvia Hispanica), *aus kontrolliert biologischem Anbau

Kann produktionsbedingt Gluten, Schalenfrüchte, Sesam, Senf, Soja, Lupine und Milch enthalten.

Mindestens haltbar bis:

Vor Wärme geschützt und trocken lagern. Füllhöhe technisch bedingt.

Abgefüllt in Deutschland.

DAVERT

Eine Marke der Midsona Deutschland GmbH
Zur Davert 7
59387 Ascheberg
☑ www.davert.de



DE-ÖKO-001
EU-Nicht-EU-Landwirtschaft

e 250 g

**BITTE ENTSORGE
MICH IN DER
GELBEN TONNE.**



Omega-3-Mix

- ✓ Proteinquelle, reich an Ballaststoffen & Omega-3-Fettsäuren
- ✓ als Müsli-Topping & Smoothie-Zutat
- ✓ nussig-würziger Geschmack



e 250 g



0 Nährwerte	pro 100 g	pro 15 g (2 EL)
Energie	2.065 kJ 501 kcal	310 kJ 75 kcal
Fett	38 g	5,8 g

- davon gesättigte Fettsäuren	4,1 g	0,6 g
Kohlenhydrate	1,9 g	< 0,5 g
- davon Zucker	1,4 g	< 0,5 g
Ballaststoffe	31 g	4,7 g
Eiweiß	22 g	3,2 g
Salz	0,14 g	< 0,50 g

0 Nährwerte	pro 100 g	pro 15 g (2 EL)
-------------	-----------	-----------------

Omega-3-Fettsäuren	18 g	2,7 g
- davon Alpha-Linolensäure	18 g	2,7 g

Omega-6-Fettsäuren	8,2 g	1,2 g
- davon Linolensäure	8,0 g	1,2 g

Diese Packung enthält ca. 16 Portionen.

Genieße täglich ca. 15g Omega-3-Mix (2 EL) für diese Wirkung:

Alpha-Linolensäure (ALA) trägt zur Aufrechterhaltung eines normalen Cholesterinspiegels im Blut bei. Diese Wirkung erreicht du ab der Aufnahme von 2 g ALA pro Tag.

Eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise sind wichtig.



FÜR DEINE KREATIVE KÜCHE

Für uns bei Davert gehören eine ausgewogene Ernährung, hochwertige Bio-Lebensmittel und echter Genuss unbedingt zusammen. Mit diesem fein abgestimmten Mix aus nussig-würziger Leinsaat sowie mild-nussigen Hanf- und Chiasamen kommt noch mehr Vielfalt in deine kreative Küche.



Verwendung

Dein Omega-3-Mix hat es in sich, denn er ist nährstoffreich, lecker und noch dazu vielfältig verwendbar:



Genieße ihn als Topping oder Zutat für Müsli, Porridge, Joghurt und deinen (Obst-)Salat. Auf Suppen und Aufläufen kommt der Mix ebenfalls toll zur Geltung.



Mit den kleinen Saaten gibst du Smoothies und Säften sowie Dessertcremes und Energyballs ein schnelles Nährstoff-Upgrade.



Auch als Topping oder Zutat für Selbstgebackenes ist der Mix ideal. Nutze ihn für deine Brote und Brötchen sowie für Kekse und selbstgemachte Müsliriegel.

Um die Zutaten gleichmäßig zu verteilen, dreh die gut verschlossene Packung ein paar Mal auf den Kopf. Guten Appetit! 🍴

Weitere Tipps & Rezepte unter www.davert.de

Produktinformationen

Das gesunde Saaten-Trio: Braune Leinsaat, Hanfsamen und Chiasamen bringen von Natur aus reichlich Omega-3-Fettsäuren und Ballaststoffe mit sich und sind zudem eine gute pflanzliche Proteinquelle. Zudem enthalten sie die Omega-3-Fettsäure Alpha-Linolensäure (ALA), die der Körper nicht selbst bilden kann und die daher über die Nahrung aufgenommen werden muss.

Hinweise: Da Leinsaat und Chiasaat ein hohes Quellvermögen besitzen, empfehlen wir, den Mix und damit zubereitete Gerichte immer mit ausreichend Flüssigkeit zu verzehren. Hanfsamen dürfen nicht zur Aussaat gebracht werden.

Stand 06/26
8238

4019339433027