

Yacon Pulver 200g, Diabetiker geeignet

Die Yacon-Wurzel wächst in den Anden in einer Höhe von etwa 2.800 m und hat meistens ein weißes bis gelblich-transparentes Fruchtfleisch. Die Yacon-Wurzeln werden wegen ihres angenehmen und süßen Geschmackes roh gegessen. Die einheimische Bevölkerung nutzt die Wurzeln als Erfrischung während der Feldarbeit. Der Wassergehalt einer frischen Yacon-Wurzel schwankt zwischen 85% und 90%, jedoch liegt die Besonderheit der Wurzel in der Speicherung der Kohlenhydrate. Denn diese werden nicht als Stärke, sondern zu einem großen Teil als FOS, sowie auch anderen Zuckerarten gespeichert. Der hohe Anteil an FOS unterbindet einen Einfluss auf den Blutzuckerspiegel und fördert eine gesunde Darmflora. PH Yacon Wurzelpulver hat einen niedrigen glykämischen Index und wirkt prebiotisch aufgrund seines FOS-Gehaltes.

Nährwert & Wirkung:

Zum Süßen geeignet, präbiotisch und mit einem niedrigen glykämischen Index

Herkunft: Andenregion Peru

Zutaten: 100% Yacon Pulver

Inhalt: 200g

Anwendungen:

- Getränke: Verwende das angenehm, sehr süß schmeckende Yacon-Pulver für Säfte, Shakes, Smoothies oder auch Heißgetränke.
- Süßes: Yacon-Pulver ist weniger süß als Zucker bzw. als Yacon-Sirup, doch eignet es sich trotzdem zum Süßen und für verschiedenste Arten von Süßspeisen.
- Lebensmittelzubereitung: Peruvian Harvest Yacon Pulver eignet sich hervorragend für Saucen und andere Speisezubereitungen, lass Deiner Fantasie freien Lauf.
- Achtung: Yacon-Pulver zieht sehr stark Feuchtigkeit und wird an der Luft sehr schnell sehr hart. Es ist daher wichtig den Beutel mit möglichst wenig Lufteinschluss, sorgfältig zu verschließen. Aus dem selbem Grund empfehlen wir das Produkt nach der Erstöffnung schnell zu verbrauchen.

[Zum Produkt](#)

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	1400 kj
Brennwert kcal	334 kcal
Fett	0,26 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,08 g
davon einfach ungesättigte Fettsäuren	0,03 g
davon mehrfach ungesättigte Fettsäuren	0,14 g
Kohlenhydrate	75,10 g
davon Zucker	26,70 g
Ballaststoffe	9,60 g
Salz	0,06 g
Eiweiß	3,13 g

Sonstige Angaben

Kalium	860,00 mg
NRV* an Kalium	43,00 %
Calcium	130,00 mg
NRV* an Calcium	16,00 %
Phosphor	150,00 mg
NRV* an Phosphor	21,00 %
Eisen	2,90 mg
NRV* an Eisen	21,00 %

Zusätzliche Informationen

*NRV = Prozentsatz der empfohlenen Tagesdosis

Keine vom Menschen erschaffene, neuartigen Zutaten (z.B. genmanipulierte Substanzen), keine Zusatzstoffe und keine Formen der Bestrahlung - alles gemäß den Kriterien für Rohkost und der EU-BIO-Verordnung 83472007. Von Natur aus ist dieses Produkt auch frei von Gelatine, Gluten, Laktose und Hefe.

Herkunftsland:

Muster AG

IgNr.: 000111000

USF-Nr.: XX 111 222 333

Finanzamt: Coesfeld