

## **VOLLGRAN Weizenkeime**

Premiumqualität

Dr. Felix Grandel, Chemiker und Diplom-Landwirt, hat schon in den 30er Jahren des letzten Jahrhunderts entdeckt, dass der Keim das Korn so wertvoll macht. Ein Grund für Dr. Grandel, die Weizenkeime für die menschliche Ernährung zu nutzen. Er entwickelte ein schonendes Fermentierungsverfahren nach dem auch heute noch produziert wird.

### **VOLLGRAN Weizenkeime sind**

- eiweißreich
- reich an Vitamin E
- ballaststoffreich
- reich an ungesättigten Fettsäuren
- natriumarm
- nicht geröstet

Das reichlich enthaltene Eiweiß trägt zu einer Zunahme und zum Erhalt der Muskulatur bei.

VOLLGRAN Weizenkeime sind reich an ungesättigten Fettsäuren. Der Ersatz gesättigter Fettsäuren durch einfach und/oder mehrfach ungesättigte Fettsäuren in der Ernährung trägt zur Aufrechterhaltung eines normalen Cholesterinspiegels bei.

Die Vitamine B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>, und B<sub>6</sub> unterstützen einen normalen Energiestoffwechsel und eine normale Funktion des Nervensystems.

Vitamin E trägt genauso wie die Spurenelemente Zink, Mangan und Kupfer dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen. Eisen und Zink leisten einen Beitrag zu einer normalen Funktion des Immunsystems.

VOLLGRAN Weizenkeime enthalten Kalium, das die Aufrechterhaltung eines normalen Blutdrucks unterstützt.

Magnesium leistet einen Beitrag zu einer normalen Funktion von Muskeln und Nervensystem, zu einem normalen Energiestoffwechsel und zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung.

Weizenkeime nach Dr. phil. nat. Felix Grandel werden sorgfältig ausgewählt, laborgeprüft, gereinigt sowie durch ein schonendes Fermentierungsverfahren behandelt, aber nicht geröstet. Sie schmecken besser als rohe, ungereinigte oder als geröstete Keime.

### **Verzehrempfehlung:**

VOLLGRAN Weizenkeime werden entweder pur gegessen oder geeigneten Speisen zugesetzt, jedoch nicht mitgekocht.

Man verwendet allgemein 4-5 Esslöffel pro Tag (ca. 50 g).

VOLLGRAN Weizenkeime werden Müslis, Obstsalate, Kaltschalen, Joghurt, Dickmilch, Milchgerichte, Rohkost, Suppen und Süßspeisen auf.

Weizenkeime schmecken angenehm nussartig und sind eine natürliche Bereicherung der täglichen Ernährung.

Nährwerte:

|                                    | pro 100 g            | % der Referenzmenge*<br>pro 100 g |
|------------------------------------|----------------------|-----------------------------------|
| Energie                            | 1518 kJ/<br>362 kcal |                                   |
| Fett                               | 10 g                 |                                   |
| davon                              |                      |                                   |
| - gesättigte Fettsäuren            | 1,7 g                |                                   |
| - einfach ungesättigte Fettsäuren  | 1,3 g                |                                   |
| - mehrfach ungesättigte Fettsäuren | 6,9 g                |                                   |
| Kohlenhydrate                      | 32 g                 |                                   |
| davon                              |                      |                                   |
| - Zucker**                         | 19 g                 |                                   |
| Ballaststoffe                      | 16 g                 |                                   |
| Eiweiß                             | 28 g                 |                                   |
| Salz***                            | 0,013 g              |                                   |
| Vitamin E                          | 28 mg                | 233 %                             |
| Vitamin K                          | 39 µg                | 52 %                              |
| Vitamin B <sub>1</sub>             | 1,5 mg               | 136 %                             |
| Vitamin B <sub>2</sub>             | 0,7 mg               | 50 %                              |
| Vitamin B <sub>6</sub>             | 0,8 mg               | 57 %                              |
| Folsäure                           | 350 µg               | 175 %                             |
| Kalium                             | 900 mg               | 45 %                              |
| Phosphor                           | 1100 mg              | 157 %                             |
| Magnesium                          | 250 mg               | 67 %                              |
| Eisen                              | 9 mg                 | 64 %                              |
| Zink                               | 14 mg                | 140 %                             |
| Kupfer                             | 1,0 mg               | 100 %                             |
| Mangan                             | 15 mg                | 750 %                             |
| Molybdän                           | 150 µg               | 300 %                             |

\*Referenzmenge für die tägliche Zufuhr gemäß EU-Lebensmittelinformationsverordnung

\*\*Ohne Zuckerzusatz, enthält von Natur aus Zucker.

\*\*\*Der Salzgehalt resultiert ausschließlich aus natürlich vorkommendem Natrium.

Weizenkeime gehören zu den natriumarmen (0,005 g Natrium/100 g) Lebensmitteln.

Die Werte unterliegen den normalen Schwankungen für Naturprodukte.

Achten Sie auf eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise.

Made in Germany by: DR. GRANDEL GmbH, 86150 Augsburg

Packungsgrößen:

250 g

500 g

1000 g