



Geröstete, mit Natursalz leicht aromatisierte
Sonnenblumenkernen
handverlesen, handgeröstet
Anbau „ORGANIC“

Zum Apéro oder für den kleinen Hunger zwischendurch



Inhaltsstoffe	Nährwerte pro 100 g
Kalorien	557kcal
Kohlenhydrate	11,4g
davon Zucker	2,9g
Ballaststoffe	6,0g
Fett	47,0g
Eiweiss	19,0g
Magnesium	336mg
Vitamin E	38,84mg

Direkt vom Produzenten aus Österreich



Geröstete, mit Natursalz leicht aromatisierte
Sonnenblumenkernen
handverlesen, handgeröstet
Anbau „ORGANIC“

Zum Apéro oder für den kleinen Hunger zwischendurch



Inhaltsstoffe	Nährwerte pro 100 g
Kalorien	557kcal
Kohlenhydrate	11,4g
davon Zucker	2,9g
Ballaststoffe	6,0g
Fett	47,0g
Eiweiss	19,0g
Magnesium	336mg
Vitamin E	38,84mg

Direkt vom Produzenten aus Österreich



Sonnenblume als Heilpflanze

Sonnenblumenkerne enthalten sämtliche für den Menschen notwendige Aminosäuren einschliesslich Methionin, 27% Eiweiss, 36% essentielle Fettsäuren mit einem sehr hohen Anteil, nämlich 92%, an ungesättigten Fettsäuren, Magnesium und Calcium, Eisen, Kupfer, Phosphor, Kalium, Kobalt, Jod, Mangan, Chlor, Selen sowie Vitamine: D, E, F, Karotin, A, K und der B-Gruppe.

Gesundheitliche Aspekte:

- Eiweisse, Proteine
- gesünderes Haar, Haut und festere Nägel
- positive Wirkungsweise auf das Nervensystem
- geröstete Kernen als Tee bei Keuchhusten, Husten und Bronchiakatarrrh.
- Sonnenblumenkerne gegen Blutarmut, Zahnfleischbluten
- Blutgefässwände bleiben flexibler, können Arteriosklerose/Ablagerungen vermindern
- stärken positiv Herz- und Kreislauf



INFO

Proteine, Eiweiss, finden sich in allen Zellen und machen zumeist mehr als 50% ihres Trockengewichts aus. Sie verleihen nicht nur Struktur, Stabilität, sondern funktionieren als „molekulare Maschinen“ und sind essentiell für alle Zellbewegungen, z.B. sind sie essentiell für Stabilität für Muskeln, Herz, Hirn, Haut und Haare, u.v.m.



Sonnenblume als Heilpflanze

Sonnenblumenkerne enthalten sämtliche für den Menschen notwendige Aminosäuren einschliesslich Methionin, 27% Eiweiss, 36% essentielle Fettsäuren mit einem sehr hohen Anteil, nämlich 92%, an ungesättigten Fettsäuren, Magnesium und Calcium, Eisen, Kupfer, Phosphor, Kalium, Kobalt, Jod, Mangan, Chlor, Selen sowie Vitamine: D, E, F, Karotin, A, K und der B-Gruppe.

Gesundheitliche Aspekte:

- Eiweisse, Proteine
- gesünderes Haar, Haut und festere Nägel
- positive Wirkungsweise auf das Nervensystem
- geröstete Kernen als Tee bei Keuchhusten, Husten und Bronchiakatarrrh.
- Sonnenblumenkerne gegen Blutarmut, Zahnfleischbluten
- Blutgefässwände bleiben flexibler, können Arteriosklerose/Ablagerungen vermindern
- stärken positiv Herz- und Kreislauf



INFO

Proteine, Eiweiss, finden sich in allen Zellen und machen zumeist mehr als 50% ihres Trockengewichts aus. Sie verleihen nicht nur Struktur, Stabilität, sondern funktionieren als „molekulare Maschinen“ und sind essentiell für alle Zellbewegungen, z.B. sind sie essentiell für Stabilität für Muskeln, Herz, Hirn, Haut und Haare, u.v.m.