NEM0138	6,50 € / Stück	13,00 € / 1 kg	
ab 2 Stück	6,24 € / Stück	12,48 € / 1 kg	- 4 %
ab 3 Stück	6,11 € / Stück	12,22 € / 1 kg	- 6 %

Vegan

Ohne künstliche Zusätze

Ohne Geschmacksverstärker

6,50 €

präbio brot ★★★★★

Hafervollkornbrot mit Flohsamenschalen, Apfelfasern und Chiasamen.
Reich an Ballaststoffen für den Darm und eiweißhaltig.

- Saftiges und leicht bekömmliches Brot, sättigt und schmeckt.
- Ohne künstliche Zusätze, Geschmacksverstärker oder Konservierungsstoffe.
- Bereits verzehrfertig und lange haltbar durch patentierte Verpackung.
- Schonende Herstellung in Handarbeit von einer Meisterbäckerei.
- 80 % mehr Ballaststoffe als Brot aus Weizen
- Hoher Anteil präbiotischer Ballaststoffe
- 50 % weniger Kohlenhydrate als Brote aus Weizen

Das ballaststoffreiche Brot liefert dem Körper hochdosierte, natürliche, präbiotische Ballaststoffe. Diese „Präbiotika" sind kein unnötiger Ballast, sondern ein Wellnessprogramm für den Darm mit Auswirkungen auf den gesamten Körper. Präbiotische Ballaststoffe sind unverdauliche oder schwerverdauliche Pflanzenfasern, die von unseren Verdauungsenzymen im oberen Magen-Darm-Trakt nicht aufgespalten werden können. Sie gelangen deshalb weitgehend unverändert bis in den Dickdarm. Hier leben die gesunden Bakterien, die man auch als Darmflora oder „Mikrobiom" bezeichnet. Die meisten der rund 100 Billionen Mikroorganismen tun unserer Gesundheit gut.

Doch die Darmflora ist darauf angewiesen, dass wir sie gut versorgen. Präbiotische Ballaststoffe spielen hier eine bedeutende Rolle. Sie sind bestes Futter für die Mikroorganismen und tragen zu einem gesunden Mikrobiom bei, denn sie fördern gezielt die Entwicklung gesunder, nützlicher Bakterien und bremsen oft das Wachstum unerwünschter Darmbesiedler.

Was kannst Du von präbiotischen Ballaststoffen erwarten?

- Präbiotische Ballaststoffe, die in dem ballaststoffreichen Brot reichlich enthalten sind, fördern eine gesunde Darmflora.
- Präbiotika machen länger satt. Weil die Pflanzenfasern im Darm aufquellen und so dem Körper vorgaukeln, wir hätten sehr viel gegessen, bleibst Du vor Heißhunger-Attacken verschont. Abnehmen fällt mit Ballaststoffen leichter.
- Präbiotische Ballaststoffe regen die Darm-Tätigkeit an und sorgen dadurch für eine gute Verdauung. Darmträgheit hat keine Chance.
- Eine ballaststoffreiche Ernährung wirkt sich positiv auf unseren Cholesterin- und Blutzuckerspiegel aus.

Inhalt: 500 g
Zutaten: Wasser, **Vollkorn-Haferflocken** (10 %), Sonnenblumenkerne, Kürbiskerne, Leinsaat (6 %), **Sesamsaat** (6 %), Rübensirup, Rapsöl, **Sojaschrot** (4 %), **Dinkelvollkornsauerteig**, Flohsamenschalen (3 %), Apfelfaser (3%), Chiasamen (Salvia hispanica) (3 %), **Emmer** Vollkorn gepufft, **Soja**-Halbkerne getoastet (2 %), Zucker, Salz, Quinoa gepufft, **Roggenmalz**, kann Spuren von **Schalenfrüchten** enthalten.

Nährwertangaben	pro 100 g
Brennwert	1557 kJ / 375 kcal
Fett	25,6 g
- davon gesättigte Fettsäuren	3,4 g
Kohlenhydrate	16,8 g
- davon Zucker	5,8 g
Ballaststoffe	11,4 g
Eiweiß	13,5 g
Salz	1,2 g