Bio Flohsamenschalen

UVP*: 8.99 EUR
Stand: 13.10.2026

Das Wichtigste in Kürze:

- Unterstützen eine ballaststoffreiche, gesunde Ernährung
- Sehr gut quellfähig
- Zur längerfristigen Verwendung geeignet

Eigenschaften:

Zirkulin Bio Flohsamenschalen unterstützen eine ballaststoffreiche und gesunde Ernährung.

Die Samenschalen des Indischen Flohsamens (Plantago Ovata) haben einen hohen Gehalt an löslichen und sehr gut quellfähigen Ballaststoffen.

*Flohsamenschalen helfen einen gesunden Darm zu erhalten und erleichtern die Darmpassage, da die Samenschalen ein Vielfaches ihres eigenen Gewichts an Flüssigkeit an sich binden können. Indische Flohsamenschalen sind gut verträglich, einfach in der Anwendung, geschmacksneutral und können bequem in den täglichen Ernährungsplan integriert werden. Sie sind zur längerfristigen Verwendung geeignet und führen nicht zur Gewöhnung.

Anwendung & Hinweise:

2x täglich 3 g (jeweils ca. 1 leicht gehäufter Teelöffel) in ca. 200 ml Wasser gut verrühren, 2 Minuten quellen lassen und trinken.

Anschließend 1-2 weitere Gläser Flüssigkeit trinken.

Eine bewährte Zubereitung ist auch das Einrühren in zum Beispiel Müsli, Joghurt oder Quark. Hierbei ist zu beachten, dass man im Anschluss 1-2 Gläser Wasser

hinterher trinken sollte, um eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr zu gewährleisten. (Die Schalen quellen in Milch weniger auf als in Wasser, durch das zusätzliche Wasser können die Schalen im Magen quellen)

Es ist wichtig, auf eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise zu achten.

Beim Verzehr ist auf eine reichliche Flüssigkeitszufuhr zu achten, da Ballaststoffe Wasser binden und bei zu geringer Flüssigkeitszufuhr zu Darmverschluss führen können. Es sollte ein Abstand von ca. 1 Stunde nach der Einnahme von Arzneimitteln eingehalten werden. Das Lebensmittel darf nicht bei krankhaften Verengungen der Speiseröhre oder des Magen-Darm-Traktes eingenommen werden. Das Aussehen der Flohsamenschalen kann variieren. Als Naturprodukt unterliegt es natürlichen Schwankungen.

Bitte trocken und bei Raumtemperatur lagern.

Zusammensetzung:

Indische Flohsamenschalen (Plantago Ovata) aus kontrolliert biologischem Anbau

Kontrollstellennummer DE-ÖKO-039

Füllhöhe technisch bedingt.

Handelsform:

200g

GTIN:

4036581252381

PZN: