

## Bio Brennnesselpulver

DE

Raab Bio Brennnesselpulver enthält Kalium und Calcium. In 100 g Pulver stecken 530 g frische Brennnessel. Dies macht es zu einem natürlichen Lieferanten der oben genannten Vitalstoffe und eignet sich somit wunderbar um Speisen und Getränke damit anzureichern und aufzuwerten. Kalium trägt zur Aufrechterhaltung eines normalen Blutdrucks bei. Calcium wird für die Erhaltung normaler Zähne und Knochen benötigt. Kalium trägt außerdem zu einer normalen Funktion des Nervensystems und zu einer normalen Muskelfunktion bei.

**Zutaten:** 100 % Brennnesselblattpulver  
(aus kontrolliert biologischem Anbau)

**Verwendung:** Raab Bio Brennnesselpulver ist in der Küche vielseitig verwendbar z. B. für grüne Smoothies, Shakes, Gemüsesäfte, Salatsößen, Suppen usw.

Für grüne Smoothies rühren Sie ca. 3 EL des Pulvers (12,5 g) in 500 ml Flüssigkeit ein. Das Pulver eignet sich auch hervorragend zum Färben von Nudel-, Kuchen- oder Pizzateig.

**Hinweis:** Die oben genannten positiven Wirkungen treten bereits ab einem Verzehr von täglich 12,5 g Brennnesselpulver ein. Eine abwechslungsreiche, ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise sind von großer Bedeutung.

Kann Spuren von **Sellerie** enthalten.

Farbe und Geschmack können variieren, da es sich um ein Naturprodukt handelt, das jahreszeitlichen Schwankungen unterliegt.

Füllhöhe technisch bedingt.

Foto: ©scisetialfo |  
www.istockphoto.com

V4.3 **e 160 g**



# Brennnessel Pulver

*enthält natürlicherweise Calcium  
und Kalium*



Qualität seit 1990  
Raab Vitalfood

von Natur aus  
vegan

160 g Pulver

## Organic nettle powder

EN

Raab Organic Nettle Powder contains potassium and calcium. 100 g of the powder contain 530 g of fresh nettle. It is therefore a precious natural source of the above nutrients and an ideal means to enrich and enhance foods and drinks. Potassium contributes to the maintenance of normal blood pressure. Calcium is necessary for the maintenance of normal teeth and bones. Potassium contributes to normal functioning of the nervous system and to normal muscle function.

**Ingredients:** 100 % nettle leaf powder (from controlled organic farming)

**Suggested use:** Raab Organic Nettle Powder has many culinary uses, e.g. for green smoothies, shakes, vegetable juices, salad dressings, soups etc. For a green smoothie, stir about 3 tablespoons of the powder (12.5 g) into 500 ml of liquid. The powder is also great for colouring pasta, cake or pizza dough.

**Note:** The positive effects cited above start from a daily intake of just 12.5 g of nettle powder. A varied and balanced diet and a healthy lifestyle are of great importance. May contain traces of **celery**. This is a natural product, the color and taste may vary with the season. Filling level may vary for technical reasons.

Nährwerte <sup>2</sup> / Nutritional values <sup>2</sup>	pro / per 100 g (NRV)	pro / per 12,5 g <sup>1</sup> (NRV)
Energie / Energy	1255 kJ / 299 kcal	157 kJ / 37 kcal
Fett / Fat	3,9 g	0,5 g
davon gesättigte Fettsäuren / of which saturates	0,6 g	<0,1 g
Kohlenhydrate / Carbohydrate	7,9 g	1,0 g
davon Zucker / of which sugars	5,1 g	0,6 g
Ballaststoffe / Fiber	20 g	2,5 g
Eiweiß / Protein	48 g	6,0 g
Salz / Salt	1,1 g	0,14 g
Kalium / Potassium	3900 mg (195 %)	488 mg (24 %)
Calcium / Calcium	2000 mg (250 %)	250 mg (31 %)

<sup>1</sup>entspricht einer Portion / <sup>1</sup>equivalent to one serving

<sup>2</sup>für Pulver, unzubereitet / <sup>2</sup>for powder, unprepared

NRV: Prozent der Nährstoffbezugswerte / NRV: percentage of Nutrient Reference Values

Diese Verpackung enthält 12 Portionen. / This package contains 12 servings.

von Natur aus **laktosefrei** | naturally **lactose-free**

Vor Licht und Wärme geschützt, trocken und gut verschlossen lagern. / Store tightly closed in a cool, dry place.

**Mindestens haltbar bis Ende:** siehe Aufdruck Boden

**Best before end:** see imprint bottom

Raab Vitalfood GmbH | Rudolf-Diesel-Str. 10 | 85296 Rohrbach  
Germany | www.raabvitalfood.com | Tel. +49 (0)8442 95 63 0



DE-ÖKO-001  
EU-Landwirtschaft  
DE-ÖKO-001  
EU-Agriculture

