Produktinformation

Chia-Samen im Glas, 330 g, Rohkost

Art-Nr.: BOD-592780



6,49 EUR

inkl. 7% USt. zzgl. Versand

Lieferung **Fr. 27. Nov. - Sa. 28. Nov. 2026**

Produktinformation:

Chia bedeutet 'Kraft' in der Sprache der Maya. Sie galt als 'Läufernahrung', denn es hieß, sie gab
Boten die Energie, um einen ganzen Tag zu laufen. Chia ist die reichste Quelle für **Omega-3-Fettsäuren**, die wir kennen.
- Quelle für Rohfasern
- Nussiger Geschmack
- Biologisch
- Rohfood & Superfood

Zubereitung
Chiasaat schmeckt gut in Joghurt, im Smoothie, in Soßen, Suppen oder in Fruchtsaft, zum Frühstück oder als Nachspeise mit Früchten, super lecker.
Oder gebe es in den Kuchenteig oder zum Brotteig dazu. Tip: lass sie eine Weile quellen,
das macht sie weich und sie gelieren.

Produktinformation

Ursprung

Chia Samen sind der Samen des Salvia hispanica, einer Pflanze von der Familie der Lippenblütler. Die Blüten dieser Pflanze produzieren neben schwarzen auch weiße Samen, aber nur in geringen Mengen. Die Nährwerte der Samen sind ähnlich.

- Empfohlene Menge: 1 -2 gehäufter Esslöffel am Tag.

Zutaten:

Chiasamen schwarz*