

## VOLLGRAN Weizenkeime

### Die Vitalstoffquelle

Dr. Felix Grandel, Chemiker und Diplom-Landwirt, hat schon in den 30er Jahren des letzten Jahrhunderts entdeckt, dass der Keim das Korn so wertvoll macht. Er wusste, dass im Getreidekeim auf engstem Raum alle für die zukünftige Pflanze und den Menschen nötigen Nährstoffe enthalten sind: fett- und wasserlösliche Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente, Ballaststoffe und ungesättigte Fettsäuren. Ein Grund für Dr. Grandel, die Weizenkeime für die menschliche Ernährung zu nutzen. Er entwickelte ein schonendes Fermentierungsverfahren nach dem auch heute noch produziert wird.

#### VOLLGRAN Weizenkeime sind

- eiweißreich
- mineralstoff- und vitaminreich
- ballaststoffreich
- reich an ungesättigten Fettsäuren
- natriumarm
- nicht geröstet

Das reichlich enthaltene Eiweiß trägt zu einer Zunahme und zum Erhalt der Muskulatur bei.

VOLLGRAN Weizenkeime sind reich an ungesättigten Fettsäuren, die eine wichtige Rolle im Fettstoffwechsel spielen. Der Verzehr von einfach und mehrfach ungesättigten Fettsäuren anstelle von gesättigten Fettsäuren in der Ernährung unterstützt die Aufrechterhaltung eines normalen Cholesterinspiegels.

Die Vitamine des B-Komplexes, vor allem Vitamin B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>, B<sub>6</sub>, B<sub>12</sub> und Niacin unterstützen einen normalen Energiestoffwechsel und eine normale Funktion des Nervensystems.

Vitamin E trägt genauso wie die Spurenelemente Zink, Mangan, Kupfer und Selen dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen. Eisen und Zink leisten einen Beitrag zu einer normalen Funktion des Immunsystems.

VOLLGRAN Weizenkeime sind natriumarm und kaliumreich. Kalium unterstützt die Aufrechterhaltung eines normalen Blutdrucks.

Magnesium leistet einen Beitrag zu einer normalen Funktion von Muskeln und Nerven, zu einem normalen Energiestoffwechsel und zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung.

Weizenkeime nach Dr. phil. nat. Felix Grandel werden sorgfältig ausgewählt, laborgeprüft, gereinigt sowie durch ein schonendes Fermentierungsverfahren behandelt, aber nicht geröstet. Sie schmecken besser als rohe, ungereinigte oder als geröstete Keime.

#### **Verzehrempfehlung:**

VOLLGRAN Weizenkeime werden entweder pur gegessen oder geeigneten Speisen zugesetzt, jedoch nicht mitgekocht.

Man verwendet allgemein 4-5 Esslöffel pro Tag (ca. 50 g).

VOLLGRAN Weizenkeime werden Müslis, Obstsalate, Kaltschalen, Joghurt, Dickmilch, Milchgerichte, Rohkost, Suppen und Süßspeisen auf.

Weizenkeime gelten zu Recht als Quelle der Gesundheit. Sie sind das Wertvollste des Getreidekorns. Im Keim ruht auf engstem Raum eine nahezu unvergleichliche Wirkstoff-Vielfalt:

Nährwerte:

	pro 100 g	% der Referenzmenge* pro 100 g
Energie	1518 kJ/362 kcal	
Fett	10 g	
davon		
- gesättigte Fettsäuren	1,7 g	
- einfach ungesättigte Fettsäuren	1,3 g	
- mehrfach ungesättigte Fettsäuren	6,9 g	
Kohlenhydrate	32 g	
davon		
- Zucker**	19 g	
Ballaststoffe	16 g	
Eiweiß	28 g	
Salz***	0,013 g	
Vitamin E	28 mg	233 %
Vitamin B <sub>1</sub>	1,8 mg	164 %
Vitamin B <sub>2</sub>	0,7 mg	50 %
Niacin	4,5 mg	28 %
Vitamin B <sub>6</sub>	3,3 mg	236 %
Folsäure	500 µg	250 %
Vitamin B <sub>12</sub>	0,4 µg	16 %
Pantothensäure	1,0 mg	17 %
Kalium	900 mg	45 %
Phosphor	1100 mg	157 %
Magnesium	250 mg	67 %
Eisen	9 mg	64 %
Zink	14 mg	140 %
Kupfer	1,0 mg	100 %
Mangan	15 mg	750 %
Selen	100 µg	182 %
Chrom	70 µg	175 %
Molybdän	100 µg	200 %

\*Referenzmenge für die tägliche Zufuhr gemäß EU-Lebensmittelinformationsverordnung

\*\*Ohne Zuckerzusatz, enthält von Natur aus Zucker.

\*\*\*Der Salzgehalt resultiert ausschließlich aus natürlich vorkommendem Natrium. Weizenkeime gehören zu den natriumarmen (0,005 g Natrium/100 g) und kaliumreichen Lebensmitteln.

Die Werte unterliegen den normalen Schwankungen für Naturprodukte.

Achten Sie auf eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise.

Made in Germany by: DR. GRANDEL GmbH, 86150 Augsburg

Packungsgrößen:

250 g

500 g

1000 g