



Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:	
Energie	2577 kJ/623 kcal
Fett	53 g
davon	
- gesättigte Fettsäuren	5,5 g
- einfach ungesättigte Fettsäuren	8,5 g
- mehrfach ungesättigte Fettsäuren	39 g
Kohlenhydrate	2,5 g
davon Zucker	2,4 g
Ballaststoffe	6,0 g
Eiweiß	31 g
Salz	0,05 g

Omega-3-Fettsäuren ( $\alpha$ -Linolensäure) 7,8 g



## PREMIUM HANF

bedeutet für uns:

- 100 % Bio aus Österreich
- voller Geschmack
- höchste Produktionsstandards
- naturbelassen verarbeitet
- kurze Transportwege
- angebaut und geerntet von österr. Bio Hanfbauern

# HanfLand

## PRODUKTINFORMATION

# Bio HANFSAMEN

geschält

Reich an Omega-3-Fettsäuren

- **EIWEISSQUELLE**
- **EISENQUELLE**
- **ROHKOSTQUALITÄT**

Das Herzstück unserer Produktion ist unsere Hanfschälanlage. Hier werden die Hanfsamen sorgfältig mechanisch von ihrer harten Schale befreit, sodass der weiche Samenkern zum Vorschein kommt. Die geschälten Hanfsamen sind sehr bekömmlich und lassen sich in beinahe jedes Gericht integrieren.

### WERTVOLLE ALPHA-LINOLENSÄURE

Die enthaltene Alpha-Linolensäure trägt zur Aufrechterhaltung eines normalen Cholesterinspiegels bei. Beachten Sie, dass sich die positive Wirkung bei einer täglichen Aufnahme von 2 g Alpha-Linolensäure einstellt.

**Mit zwei Esslöffeln geschälten Hanfsamen (25 g) decken Sie diese empfohlene tägliche Aufnahme.**

Eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise sind wichtig.

### VERWENDUNG

Pur, in Müsli und Smoothies, in Aufstrichen und Dips, sowie als Topping für Salate, Gemüsegerichte, Süßspeisen oder aufs Butterbrot. Auch als Hanfmilch oder generell anstelle von Nüssen sehr schmackhaft.

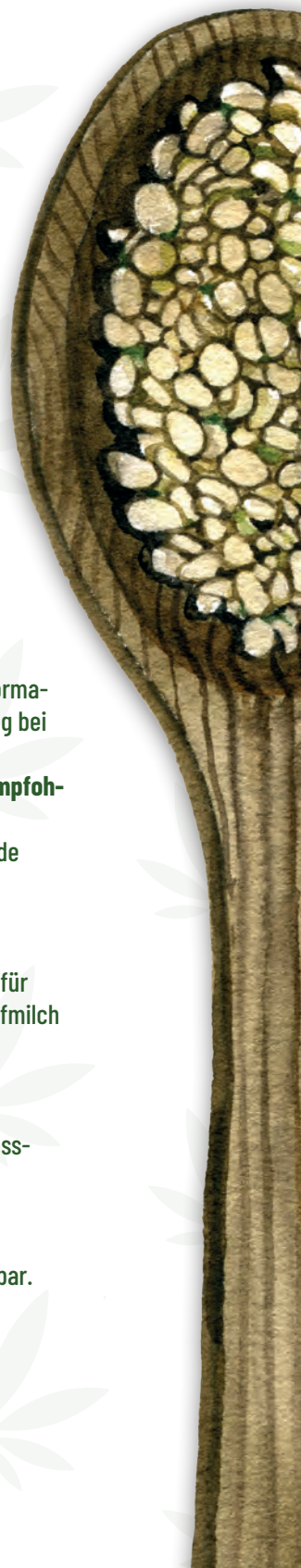
### TIPP

Leicht angeröstet erhalten die geschälten Hanfsamen ein herrliches Nussaroma.

### HALTBARKEIT

Ab Versand bei ordnungsgemäßer Lagerung mindestens 10 Monate haltbar. Nach dem ersten Öffnen innerhalb von vier Monaten verbrauchen. Gut verschlossen vor Wärme und Licht geschützt trocken lagern.

**VERPACKUNGSGRÖSSEN: 250 g, 500 g, 12,5 kg**



**HanfLand GmbH**

2136 Hanfthal 41 • Österreich • +43 (0) 2522 85395 • office@hanfland.at • www.hanfland.at

Unsere Bio-Produkte werden von der Austria Bio Garantie zertifiziert.



AT-BIO-301