



## **louie's grünepflaume**

### **Bio-Pulver-Set "Fermely"**

**auf Basis fermentierter & gefriergetrockneter Obst-, Gemüse- und Pflanzenzutaten, 7x 70 g**

#### **Zutaten:**

**GRÜN:** Fermentiertes Birnenpulver\* (17%), Fermentiertes Apfelpulver\* (17%), Fermentiertes Zitronenpulver\* (17%), Minzenpulver\*(17%), Brennesselpulver\* (17%), Spinatpulver\* (17%), Salz (0.25%)

**ROT:** Fermentiertes Erdbeerpulver\* (20%), Fermentiertes Rote Beete-Pulver\* (20%), Hagebuttenpulver\* (20%), Rote Johannisbeerenpulver\* (20%), Aroniabeerenpulver\* (20%), Salz (0.20%)

**GELB:** Fermentiertes Kürbispulver\* (23 %), Fermentiertes Zitronenpulver\* (23%), Inulinpulver\* (23%), Baobabpulver\* (23%), Ingwerpulver\* (9%), Salz\* (0.23%)

**ORANGE:** Fermentiertes Erdbeerenpulver\* (20%), Fermentiertes Karottenpulver\* (20%), Sanddornpulver\* (20%), Fermentiertes Kürbispulver\* (20%), Lucumapulver\* (20%), Salz (0.30%)

**PINK:** Fermentiertes Apfelpulver\* (24%), Heidelbeerepulver\* (24%), Bananapulver\* (24%), Fermentiertes Brokkolipulver\* (14%), Fermentiertes Erdbeerepulver\* (14 %), Salz (0.26%)

**BLAU:** Fermentiertes Pflaumenpulver\* (21%), Fermentiertes Himbeerepulver\* (18%), Fermentiertes Blaubeerepulver\* (18%), Fermentiertes Kürbispulver\* (18%), Sanddornpulver\* (21%), Spirulina Blau-Pulver\* (4%), Salz (0.38%)

**BRAUN:** Fermentiertes Birnenpulver\* (29%), Akazienfasernpulver\* (29%), Fermentiertes Topinamburpulver\* (12%), Dattelpulver\* (12%), Carobpulver\* (12%), Zimtpulver\* (6%), Salz (0.21%)

\*Aus kontrolliert biologischem Anbau

## **Verzehrempfehlung:**

Unser Fermely kombiniert die Vorteile fermentierter Bio-Früchte und -Pflanzen in einer praktischen Pulverform – ideal, um täglich mehr pflanzliche Vielfalt in deinen Alltag zu bringen.

1 Set reicht für 7 Wochen.

## **Vielseitige Einsatzmöglichkeiten – 10 g täglich reichen aus:**

Verwende täglich etwa 10 g (ca. 2 EL) Pulver, um deine Ernährung farbenfroher und abwechslungsreicher zu gestalten.

Pur genießen oder einfach einrühren in:

- Wasser oder Saft
- Smoothies oder Shakes
- Joghurt oder Müsli
- Dressings, Dips oder Bowls

## **Hersteller:**

yiya balance UG (haftungsbeschränkt) & Co. KG

Beerenweg 6-8

22761 Hamburg

Deutschland

[kontakt@gruenepflaume.de](mailto:kontakt@gruenepflaume.de)

[www.gruenepflaume.de](http://www.gruenepflaume.de)

**Inhalt:** 7x 70 g

**Mindesthaltbarkeit:** Siehe Aufdruck auf der Verpackung.

**Lagerung:** Kühl, trocken und lichtgeschützt lagern.

## **Nährwerte pro Dose:**

### **Fermentiertes Bio-Pulver – Fermely Grün**

| Durchschnittliche Nährwerte | Pro 100 g          | Pro 10 g         |
|-----------------------------|--------------------|------------------|
| Energie                     | 1230 kJ / 293 kcal | 123 kJ / 29 kcal |
| Fett                        | 2.4 g              | 0.2 g            |
| davon gesättigte Fettsäuren | 0.3 g              | 0.03 g           |
| Kohlenhydrate               | 55 g               | 5.5 g            |
| davon Zucker                | 40 g               | 4 g              |
| Ballaststoffe               | 20 g               | 2 g              |
| Eiweiß                      | 5.5 g              | 0.6 g            |
| Salz                        | 0.3 g              | 0.03 g           |

### Fermentiertes Bio-Pulver – Fermely Rot

| Durchschnittliche Nährwerte | Pro 100 g          | Pro 10 g         |
|-----------------------------|--------------------|------------------|
| Energie                     | 1273 kJ / 302 kcal | 127 kJ / 30 kcal |
| Fett                        | 2.7 g              | 0.3 g            |
| davon gesättigte Fettsäuren | 0.3 g              | 0.03 g           |
| Kohlenhydrate               | 64.2 g             | 6.4 g            |
| davon Zucker                | 34.0 g             | 3.4 g            |
| Ballaststoffe               | 23.0 g             | 2.3 g            |
| Eiweiß                      | 5.7 g              | 0.6 g            |
| Salz                        | 0.20 g             | 0.02 g           |

### Fermentiertes Bio-Pulver – Fermely Gelb

| Durchschnittliche Nährwerte | Pro 100 g          | Pro 10 g         |
|-----------------------------|--------------------|------------------|
| Energie                     | 1234 kJ / 294 kcal | 123 kJ / 29 kcal |
| Fett                        | 2.9 g              | 0.3 g            |
| davon gesättigte Fettsäuren | 0.4 g              | 0.04 g           |
| Kohlenhydrate               | 57.2 g             | 5.7 g            |
| davon Zucker                | 24.6 g             | 2.5 g            |
| Ballaststoffe               | 21.0 g             | 2.1 g            |
| Eiweiß                      | 3.0 g              | 0.3 g            |
| Salz                        | 0.24 g             | 0.02 g           |

### Fermentiertes Bio-Pulver – Fermely Orange

| Durchschnittliche Nährwerte | Pro 100 g          | Pro 10 g         |
|-----------------------------|--------------------|------------------|
| Energie                     | 1230 kJ / 293 kcal | 123 kJ / 29 kcal |
| Fett                        | 2.4 g              | 0.2 g            |
| davon gesättigte Fettsäuren | 0.3 g              | 0.03 g           |
| Kohlenhydrate               | 55 g               | 5.5 g            |
| davon Zucker                | 40 g               | 4 g              |
| Ballaststoffe               | 20 g               | 2 g              |
| Eiweiß                      | 5.5 g              | 0.6 g            |
| Salz                        | 0.3 g              | 0.03 g           |

### Fermentiertes Bio-Pulver – Fermely Pink

| Durchschnittliche Nährwerte | Pro 100 g          | Pro 10 g         |
|-----------------------------|--------------------|------------------|
| Energie                     | 1197 kJ / 285 kcal | 120 kJ / 29 kcal |
| Fett                        | 2.0 g              | 0.2 g            |
| davon gesättigte Fettsäuren | 0.2 g              | 0.02 g           |
| Kohlenhydrate               | 47.0 g             | 4.7 g            |
| davon Zucker                | 31.0 g             | 3.1 g            |
| Ballaststoffe               | 28.0 g             | 2.8 g            |
| Eiweiß                      | 3.6 g              | 0.4 g            |
| Salz                        | 0.26 g             | 0.03 g           |

### Fermentiertes Bio-Pulver – Fermely Blau

| Durchschnittliche Nährwerte | Pro 100 g          | Pro 10 g         |
|-----------------------------|--------------------|------------------|
| Energie                     | 1218 kJ / 289 kcal | 122 kJ / 29 kcal |
| Fett                        | 2.8 g              | 0.3 g            |
| davon gesättigte Fettsäuren | 0.3 g              | 0.03 g           |
| Kohlenhydrate               | 52.0 g             | 5.2 g            |
| davon Zucker                | 32.0 g             | 3.2 g            |
| Ballaststoffe               | 29.0 g             | 2.9 g            |
| Eiweiß                      | 4.0 g              | 0.4 g            |
| Salz                        | 0.36 g             | 0.04 g           |

### Fermentiertes Bio-Pulver – Fermely Braun

| Durchschnittliche Nährwerte | Pro 100 g          | Pro 10 g         |
|-----------------------------|--------------------|------------------|
| Energie                     | 1246 kJ / 296 kcal | 125 kJ / 30 kcal |
| Fett                        | 2.0 g              | 0.2 g            |
| davon gesättigte Fettsäuren | 0.2 g              | 0.02 g           |
| Kohlenhydrate               | 52.0 g             | 5.2 g            |
| davon Zucker                | 29.0 g             | 2.9 g            |
| Ballaststoffe               | 28.0 g             | 2.8 g            |
| Eiweiß                      | 3.9 g              | 0.4 g            |
| Salz                        | 0.21 g             | 0.02 g           |