

LUOMU HAMPUNSIEMENET

CocoV:n kuorittu hampunsiemenet ovat loistava proteiininlähde: mukana kaikki yhdeksän välttämätöntä aminohappoa! Siementen painosta miltei puolet tulee hyvistä rasvahapoista, ja omega-3:n ja omega-6:n suhde on keholle täydellinen (1:3-1:4). Hampunsiementen proteiinit ja hyvät rasvat imeytyvät mainiosti. Hampu sopii useimmille allergikoille.

GLUTEENITON LUOMU

Käyttö: Suositeltu annos on 15-40 g päivässä. Enemmän energiaa ja ravintoaineita tarvitsevat voivat hyvin käyttää 50-60 g päivässä. Sekoita siemeniä puuroon, jogurttiin tai rahkaan. Ripottele myös salaattiin, napostele sellaisenaan tai käytä raakasuklaan valmistukseen. Sulje pussi huolellisesti käytön jälkeen. Suosittelemme monipuolista ja terveellistä ruokavaliota sekä aktiivista elämäntapaa.

Ainekset: 100 % luomu hampunsiemeniä.

| | |
|---|--------------------|
| Ravintosisältö / Näringsvärde | 100 g: |
| Energia / Energi | 2401 kJ / 580 kcal |
| Rasva / Fett | 48 g |
| josta tyydytynyttä / varav mättat | 4,7 g |
| josta kertatyydyttömätöntä / varav enkla omättade | 6,9 g |
| josta monitydyttömätöntä / varav flera omättade | 36 g |
| josta omega-6 / varav omega-6 | 28 g |
| josta omega-3 / varav omega-3 | 8,1 g |
| Hiihihydraatit / Kolhydrat | 8,2 g |
| josta sokereita / varav sockerarter | 2,1 g |
| Ravintokuitu / Fiber | 7,4 g |
| Proteiini / Protein | 25 g |
| Suola / Salt | 0,1 g |
| Magnesium | 711 mg (190 %*) |
| Kalium | 1059 mg (53 %*) |
| Rauta / Järn | 13 mg (93 %*) |

KOMPOSTOITUVA PAKKAUS. 
Lajitteletaan biojätteeseen. Kiitos!

KOMPOSTERBAR FÖRPACKNING. 
Sortera med komposterbart avfall. Tack!

TUTKITTUA COCOVI-LAATUA.
GRANSKAD COCOVI-KVALITET.



FI-EKO-201
Tuotettu EU:ssa /
EU-jordbruk

EKOLOGISK HAMPAPFRÖN

CocoV:is skalatde hampapfrön är en strålande proteinkälla: de innehåller alla nio essentiella aminosyror! Hela hälften av vikten består av goda fettsyror och förhållandet mellan omega-3 och omega-6 är perfekt för kroppen (1:3-1:4). Hampapfrönas proteiner och goda fetter absorberas utmärkt. Hampa passar de flesta allergiker.

GLUTENFRI EKOLOGISK

Användning: Rekommenderad dagsdos är 15-40 g. Personer med ett större energi- och näringsämnesbehov kan bra använda 50-60 g per dag. Blanda fröna i gröt, yoghurt eller kvarg, strö över sallad, ät som de är eller använd när du gör råchoklad. Förslut påsen noggrant efter användning. Vi rekommenderar en varierad och hälsosam kost och en aktiv livsstil.

Ingredienser: 100 % ekologiska hampapfrön.

| | |
|---|------------------|
| Sinkki / Zink | 7,9 mg (79 %*) |
| E-vitamiini / Vitamin E | 18,2 mg (152 %*) |
| B1-vitamiini (tiamiini) / Vitamin B1 (tiamin) | 1,8 mg (164 %*) |
| Foolihappo / Folsyra | 150 µg (75 %*) |

| | |
|---|---------------|
| Välttämättömät aminohapot / Essentiella aminosyror | 100 g: |
| Valiini / Valin | 1,5 g |
| Isoleusiini / Isoleucine | 1,2 g |
| Histidiini / Histidin | 0,9 g |
| Treoniini / Treonin | 1,0 g |
| Metioniini / Metionin | 0,7 g |
| Leusiini / Leucine | 2,0 g |
| Fenyylalaniini / Fenylalanin | 1,4 g |
| Lysiini / Lysin | 1,3 g |
| Tryptofaani / Tryptofan | 0,3 g |
| *päivittäisen saannin vertailuarvosta / av dagligt referensintag. | |

Säilytys: Säilytä alle 18 asteen lämpötilassa tai jääkaapissa, suojassa valolta ja kosteudelta.

Förvaring: Förvara i högst 18 grader eller i kylskåp, skyddade från ljus och fukt.

260 g



COCOVISUPERFOOD



@COCOVISUPERFOOD

