



HASELNUSS

Produce of
TURKEY



www.tracellar.com.tr

Haselnüsse sind reich an Vitamin E.

Haselnüsse enthalten ungesättigte Fettsäuren, sekundäre Pflanzenstoffe, Ballaststoffe und Vitamin E sowie Mineralien wie Kalzium, Kalium und Magnesium.

Antioxidationsmittel, Kohlenhydrate, B-Riboflavin, Thiamin, Niacin, Pyridoxin, Pantothensäure und Zink. Rohe Haselnüsse haben viele Vorteile, darunter die Vorbeugung gegen Herzinfarkt bis hin zum Ausgleich des Blutzuckers. Sie liefern 100 Prozent der Energie, die der Körper benötigt, wenn eine Handvoll täglich konsumiert wird. Darüber hinaus sind rohe Haselnüsse sehr nützlich für die Haut und die Verdauung.

Was sind die Vorteile von Haselnüssen?

Rohe Haselnüsse verhindern Verstopfungen, indem sie die Gefäßwände schützen.

Dank ihren hohen Gehaltes an Antioxidantien reduzieren sie das Altern, indem sie schädliche Zellen im Körper entfernen und die Gesundheit anderer Zellen schützen.

Haselnüsse reduzieren das Krebsrisiko, indem sie die Anzahl der Zellen mit abgebauter DNA und Tumoren reduzieren.

Rohe Haselnüsse, die reich an Vitamin B6 sind, aktivieren die Nerven im Gehirn.

NÄHRWERTE

100 Gramm

KALORIEN	628 kcal	*TÄGLICHE MENGE %
Kohlenhydrate	16,7 g	5,6 %
Ballaststoffe	9,7 g	38,8 %
Fett	60,8 g	93,5 %
Eiweiß	14,9 g	29,9 %
Cholesterin	0,0 mg	0,0 %
Kalzium*	114,0 mg	11,4 %
Kalium	680,0 mg	19,4 %
Vitamin A*	20,0 IU	0,4 %
Vitamin C*	6,3 mg	10,5 %
Eisen*	4,7 mg	26,1 %

* Die prozentualen Tageswerte basieren auf einer Diät mit 2.000 Kalorien. Ihre täglichen Werte können je nach Ihrem Kalorienverbrauch höher oder niedriger sein.

Details der Containerladung

		10 kg Vakuumbbeutel
CARGO	20' DC	1250 Kartons
	40' DC	2500 Kartons
PALETTIERT	20' DC/ 14 Paletten	1000 Kartons
	40' DC/ 28 Paletten	2000 Kartons