

HAWAIIAN SPIRULINA - PRODUKTANALYSE (Angaben jeweils für 3 Gramm respektive 6 Tabletten à 500 mg)

Allgemeine Zusammensetzung	
Eiweiss	60%
Kohlenhydrate	19%
Lipide	6%
Mineralien	8%
Feuchtigkeitsgehalt	7%

Spirulina ist reich an Enzymen, Nukleinsäuren RNS und DNS, Sulfolipiden, Glykogen und anderen wichtigen Nährstoffen !

Mineralien		Durchschnittlicher Tagesbedarf
Calcium	12,0 mg	800 mg
Magnesium	14,4 mg	350 mg
Eisen	3,18 mg	10-15 mg
Phosphor	31,2 mg	800 mg
Kalium	45,6 mg	1'900-5'600 mg
Natrium	21,9 mg	1'100-3'300 mg
Mangan	78 µg	2-5 mg
Zink	36 µg	15 mg
Bor	30 µg	1-7 mg
Kupfer	3 µg	2 mg
Molybdän	3 µg	50-100 µg

Vitamine		Durchschnittlicher Tagesbedarf
Betakarotin	9 mg	
Vitamin A (Betakarotin)	15'000 IU	0,9 mg
Thiamin (B1)	102 µg	1-1,3 mg
Riboflavin (B2)	99 µg	1,2-1,5 mg
Niacin (B3)	621 µg	
Pyridoxin (B6)	13,2 µg	1,6-2,1 mg
Cobalamin (B12)	26,6 µg	3,5-4 µg
Tokopherol (E)	45 µg	12-14 mg
Inositol	2,04 mg	
Biotin	0,969 µg	30-60 µg
Folsäure	0,9 µg	400 µg - 0,4 mg
Panhotensäure	12 µg	6 mg

Pigmente und Enzyme	
Chlorophyll	23,7 mg
Betakarotin	9,0 mg
Sämtliche Karotinoide	12,0 mg
Phykozyan	333 mg
Superoxid Dismutase	1,2 mg

Spirulina ist ein hochwertiger pflanzlicher Eiweissträger (60 %), leicht verdaulich und beinhaltet alle essentiellen Aminosäuren !

Ungesättigte Fettsäuren	
Gamma-Linolensäure	30 mg
Essentielle Linolsäure	33 mg
Dihomogammasäure	1,59 mg
Alpha-Linolensäure	0,0435 mg
Dokosahexagensäure	0,0435 mg
Palmitoleinsäure	5,94 mg
Oleinsäure	0,51 mg
Erukasäure	0,072 mg

Andere Fettsäuren	
Palmitinsäure	60 mg
Myristinsäure	3,24 mg
Stearinsäure	0,204 mg
Arichinsäure	0,144 mg
n-Dokosansäure	0,144 mg
Lignozersäure	0,072 mg

Essentielle Aminosäuren (mg pro Gramm)	
Isoleuzin	32,6 mg
Leuzin	48,9 mg
Lysin	26,2 mg
Methionin	13,3 mg
Phenylalanin	26,1 mg
Threonin	28,1 mg
Tryptophan	8,5 mg
Valin	37,4 mg

Nicht essentielle Aminosäuren (mg pro Gramm)	
Alanin	46,6 mg
Arginin	47,6 mg
Asparaginsäure	72,8 mg
Zystin	5,6 mg
Glutaminsäure	84,4 mg
Glyzin	31,9 mg
Histidin	15,0 mg
Prolin	24,7 mg
Serin	26,5 mg
Tyrosin	23,8 mg