

## 1 Detaillierte Beschreibung der powerNUTS

Hanfnüsse besitzen eine Menge nährhafter Vorzüge. Sie enthalten wichtige Mineralien wie **Kalzium, Magnesium, Phosphor, Potassium** etc. Hinzu kommen der hohe Anteil an **Aminosäuren** und Proteinen von ca. 23% sowie ein Ballaststoffanteil von ca. 35%.

Hanfnüsse beinhalten einen besonders hohen Anteil an ungesättigten Fettsäuren, insbesondere der **Gamma-Linolen-Säure(Omega6)**, die zum Aufbau von menschlichen Zellen benötigt werden. Die wertvollen Inhaltsstoffe unterstützen den Körper beim Aufbau von Gammaglobulin und stärken das Immunsystem. **Linol(Omega6)-** und **Alpha-Linlensäuren(Omega3)** sind außerdem maßgeblich beteiligt beim Reinigen der Arterien und dem Abtransport von Giftstoffen. Insbesondere die **Gamma-Linolensäure(Omega6)** wird erfolgreich bei der Behandlung von Hautkrankheiten eingesetzt. Durch Aufnahme von essentiellen Fettsäuren in der Nahrung wird die Stoffwechselfunktion erhöht und die Fettverbrennung gefördert. Keine andere Pflanzenfrucht kann sich mit dem Nährwert der powerNUTS messen.

„Hanfnüsse selbst enthalten kein THC. Die Hanfsamen sind von Hüllblättern umgeben, die THC enthalten. Teilweise haften am Samen Reste dieser Hüllblätter an. Bei der Reinigung der Samen werden diese vollständig oder nahezu vollständig entfernt, so dass Hanfsamen und das daraus gewonnene Hanfnussöl kein oder nur geringe Mengen THC enthalten.“

Tab. 1: Nährstoffanalyse von **Hanfnüssen**

	je 100 g Hanfnüsse	
Trockensubstanzgehalt	94 g	
Protein (Eiweiss)	20 – 24 g	
Fett	28 – 35 g	
Kohlenhydrate	30 – 35 g	
Asche	5.9 g	
		Tagesbedarf*)
Karotin (Vorst. Vit A)	0.006 mg	1.72 mg
Vit B1	0.9 mg	1.20 mg
Vit B2	1.1 mg	1.70 mg
Vit B3	2.5 mg	20.00 mg
Vit B6	0.3 mg	2.00 mg
Vit C	1.4 mg	60.00 mg
Vit E	3.0 mg	0.01 mg
Rohfaser	35.1 g	
(enthält Kohlenhydrate)		

\*) Tagesbedarf eines Erwachsenen an essentiellen Nährstoffen

Tab. 2: Nährstoffanalyse von Hanfsamen (Fortsetzung)

Fettzusammensetzung		
Gesättigte Fettsäuren	9 – 11 g	
Ungesättigte Fettsäuren	89 – 91 g	
Ölsäure	10 – 16 g	
Linolsäure	50 – 70 g	
Alpha-Linolensäure	15 – 25 g	
Gamma-Linolensäure	2 – 4 g	