

Nährstoffe der AFA Alge:

**Essenzielle Aminosäuren:** Arginin 4,8g, Histidin 0,9g, Isoleucin 2,9g, Leucin 5,2g, Lysin 3,5g, Methionin 1,1g, Phenylalanin 2,5g, Threonin 2,7g, Tryptophan 0,3g, Valin 3,2g

**Nicht essenzielle Aminosäuren:** Asparaginsäure 6,7g, Alanin 4,0g, Cystein 0,5g, Glycin 2,7g, Prolin 1,4g, Serin 2,6g, Tyrosin 1,3g, Glutaminsäure 6,6g, Taurin 1,0mg, Phenylethylamin 0,2g,

**Mehrfach ungesättigte Fettsäuren:** Linolsäure(Omega-6) 1,9g, Alpha-Linolensäure(Omega-3) 0,9g, Gamma-Linolensäure(Omega-6) 0,0g,

**Nukleinsäuren:** RNS 0,20g, DNS 0,09g

**Vitamine:** Betacarotin 3,1mg, Gesamtcarotin 25,2mg, Vitamin B1 0,3mg, Vitamin B2 2,5mg, Vitamin B6 1,1 mg, Vitamin B12 0,2 mg, Vitamin C 0,9 mg, Vitamin E 2,9 mg, Vitamin K1 4,7 mg, Niacin 10,7mg, Folsäure 0,1 mg, Pantothensäure 1,2 mg, Biotin 0,03mg, Cholin 5,1 mg, Chlorophyll 0,6 g

**Mineralien & Spurenelemente:** Bor 1,0 mg, Calcium 546,7 mg, Chlor 46,7 mg, Chrom 1,2 mg, Kobalt 0,2 mg, Kupfer 0,4 mg, Fluor 3,8 mg, Germanium 20,0 mcg, Jod 0,1 mg, Eisen 35,1mg, Magnesium 183,3 mg, Mangan 2,3 mg, Molybdän 0,2 mg, Natrium 400,0 mg, Nickel 0,2 mg, Phosphor 586,7 mg, Kalium 1046,7 mg, Selen 13,3 mg, Silicium 90,0 mg, Titan 0,5 mg, Vanadium 0,2 mg, Zinn 1,7 mg, Zink 0,5 mg

**Antioxidatives Potential:** AO-Index(Ranzimattest)1,3

**Gesamtwerte:** Proteine(Aminosäuren) 63,0%, Kohlenhydrate 8,0%, Mineralien (Asche) 4,7%, Lipide (Fette) 15,0%, Sonstiges 9,3%

Nährstoffe Chlorella:

**Mehrfach ungesättigte Fettsäuren:** Linolsäure (Omega-6) 1,2 g, Alpha-Linolensäure (Omega-3) 1,6 g, Gamma-Linolensäure (Omega-6) 0,0 g

**Vitamine:** Betacarotin 15,6mg, Gesamtcarotin 480,0mg, Vitamin B1 0,6 mg, Vitamin B2 2,5 mg, Vitamin B6 0,8 mg, Vitamin B12 0,1 mg, Chlorophyll 3,2 g,

**Mineralien & Spurenelemente:** Eisen >50 mg

**Antioxidatives Potential:** AO-Index (Ranzimattest) 13,32

**Gesamtwerte:** Proteine (Aminosäuren) >55 %, Mineralien (Asche) <7 %, Lipide (Fette) 10 %

Nährstoffe von Spirulina:

**Essenzielle Aminosäuren:** Arginin 4,2 g, Histidin 2,2 g, Isoleucin 3,5 g, Leucin 5,6 g, Lysin 4,0 g, Methionin 1,6 g, Phenylalanin 3,2 g, Threonin 3,3 g, Tryptophan 0,6 g, Valin 3,8 g

**Nicht essenzielle Aminosäuren:** Asparaginsäure 4,1 g, Alanin 4,1 g, Cystein 0,3 g, Glycin 2,6 g, Prolin 1,7 g, Serin 3,1 g, Tyrosin 3,4 g, Glutaminsäure 10,1 g,

**Mehrfach ungesättigte Fettsäuren:** Linolsäure (Omega-6) 1,0 g, Alpha-Linolensäure (Omega-3) 0,0 g, Gamma-Linolensäure (Omega-6) 0,4 g,

**Vitamine:** Betacarotin 42,3 mg, Gesamtcarotin 210,0 mg, Vitamin B1 0,3 mg, Vitamin B2 2,7 mg, Vitamin B6 0,5 mg, Vitamin B12 3,6 mcg, Vitamin E 3,8 mg, Folsäure 72,0 mcg, Pantothensäure 21,8 mg, Nicotinsäure 0,4 mg, Chlorophyll 0,5 g

**Mineralien & Spurenelemente:** Calcium 848 mg, Kalium 6500,0 mg, Natrium 2200,0 mg, Kupfer 0,6 mg, Eisen 45,9 mg, Jod 20,0 mcg, Magnesium 300,6 mg, Mangan 1,3 mg, Nickel 0,1 mg, Phosphor 1519,0 mg, Selen 0,1 mg, Zink 2,0 mg

**Antioxidatives Potential:** AO-Index (Ranzimattest) 11,76

**Gesamtwerte:** Proteine(Aminosäuren) 63,4 %, Kohlenhydrate 7,5 %, Mineralien (Asche) 7,1 %, Lipide (Fette) 7,0 %, Sonstiges 15,0 %

**Natürlich enthalten Spirulina und Chlorella ebenso wie die AFA-Algen eine Vielzahl weiterer Stoffe, zu denen uns allerdings keine Analysewerte vorliegen.**

Verzehrempfehlung: Erwachsenen wird empfohlen täglich 2 Gramm der Algen zu essen- das entspricht ca. 8 Presslingen