

PURE &
ORGANIC
PRODUCT



puraśana®
your natural protection

**SUPER
FOOD**

Rich in fibres

PSYLLIUM RAW POWDER

e 200g

*use this
powder in*



bread



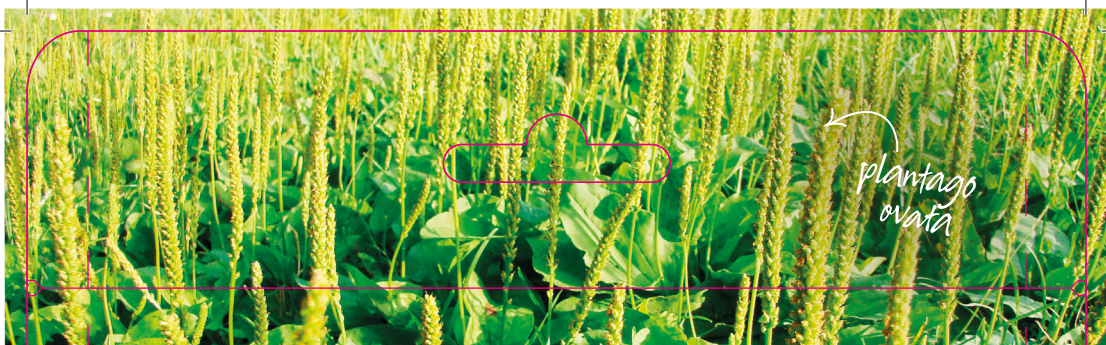
smoothie



pastries



ice cream



Rich in fibres

EN: Purasana psyllium powder comes from the crushed seeds of the plantago ovata plant which originates in India. Because of the varied Indian climate, where hot summers are broken by heavy monsoon rains, this is the ideal region for growing the crop. Psyllium is naturally rich in soluble fibre which makes it a valuable product for the digestion. Not recommended for children under 6. **Ingredient:** 100% organic psyllium powder from India. **Use:** mix 5 g in 200 ml fruit or vegetable juice. **Store in a dry place.** **Close tightly after each use.** Best before – batch no.: see packaging

NL: Purasana's psyllium poeder is afkomstig van de geplette zaden van de Plantago ovata-plant die haar oorsprong kent in India. Vanwege het variërende Indische klimaat, waarbij hete zomers worden afgewisseld door fikse moessonregens, vormt het de regio bij uitstek voor de teelt van dit gewas. Psyllium is van nature rijk aan oplosbare vezels waardoor het een waardevol product vormt voor de darmtransit. Niet aanbevolen voor kinderen onder de 6 jaar. **Ingrediënt:** 100% biologische psyllium poeder uit India. **Gebruik:** Meng 5 g in 200 ml vruchten- of groentensap. **Droog bewaren en na elk gebruik goed sluiten.** Ten minste houdbaar tot - LOT nr.: zie verpakking.

FR: Le psyllium en poudre Purasana provient de graines écrasées de plantain des Indes. L'Inde est la région idéale pour la culture de ce plantain du fait de son climat varié, où de fortes pluies de mousson interrompent les étés chauds. Le psyllium est naturellement riche en fibres solubles, ce qui le rend très utile pour la digestion. Non conseillé aux enfants de moins de 6 ans. **Ingrediënt:** poudre de psyllium d'Inde 100% biologique. **Utilisation:** Ajouter 5 g à 200 ml de jus de fruits ou de légumes. **Conservé dans un endroit sec. Bien refermer après chaque utilisation.** À consommer de préférence avant le – n° de lot : voir emballage.

DE: Purasana-Flohsamenpulver stammt aus den zerkleinerten Samen der Pflanze Plantago ovata, die in Indien heimisch ist. Aufgrund des abwechslungsreichen indischen Klimas, in dem heiße Sommer von heftigen Monsunregen unterbrochen werden, ist dies die ideale Region für den Anbau der Pflanze. Flohsamen ist von Natur aus reich an löslichen Ballaststoffen, was es zu einem wertvollen Produkt für die Verdauung macht. Nicht für Kinder unter 6 Jahren empfohlen. **Zutats:** 100 % Bio-Flohsamenpulver aus Indien. **Zubereitung:** 5 g in 200

ml Obst- oder Gemüsesaft mischen. **Trocken aufbewahren und nach jeder Verwendung gut verschließen.** Mindestens haltbar bis – Chargennummer: Siehe Verpackung.

ES: El psyllium en polvo Purasana proviene de las semillas molidas de la planta plantago ovata, que procede de la India. Debido al variable clima de la India, en el que los calurosos veranos se interrumpen por intensas lluvias monzónicas, esta es la región ideal para su cultivo. El psyllium contiene fibra soluble de manera natural, lo que le convierte en un valioso producto para favorecer la digestión. No recomendado para niños menores de 6 años. **Ingrediente:** psyllium en polvo 100 % orgánico de la India. **Uso:** mezclar 5 g en 200 ml de zumo de frutas o de verduras. **Conservar en un lugar seco. Cerrar bien después de cada uso.** Consumir preferentemente antes del: n.º de lote: consultar el envase.

PT: O pó de psílio Purasana provém das sementes trituradas da planta "plantago ovata" originária da Índia. Devido ao clima indiano diversificado, onde os verões quentes são interrompidos por fortes chuvas de monção, esta região é ideal para a cultura das sementes. O psílio é naturalmente rico em fibra solúvel, tornando-o num produto valioso para a digestão. Não recomendado para crianças com idade inferior a 6 anos. **Ingrediente:** pó de psílio 100% orgânico da Índia. **Utilização:** misturar 5 g em 200 ml de sumo de fruta ou de vegetais. **Conservar num local seco. Fechar bem a embalagem após cada utilização.** Consumir de preferência antes de – Lote n.º: ver embalagem.

NO: Purasana psylliumpulver kommer fra de knuste frøene fra plantago ovata-planter som kommer fra India. På grunn av det varierte indiske klimaet, hvor varme somre avbrytes av heftig monsunregn, er dette det ideelle området for å dyrke dette. Psyllium er naturlig rik på løselige fiber, noe som gjør det til et verdifullt produkt for fordøyelsen. Ikke anbefalt for barn under 6 år. **Ingrediens:** 100% organisk psylliumpulver fra India. **Bruk:** bland 5 g i 200 ml frukt eller grønnsaksjuice. **Oppbevar på et tørt sted. Lukk pakken godt etter åpning.** Best før – parti nr.: se emballasjen.

HU: A Purasana egyiptomi útifű por az Indiából származó plantago ovata növény zúzott magvaiból származik. A változatos indiai klímának – a forró nyarakat megtörtő erős monszun esőzések – köszönhetően az indiai régió ideális ennek a

növénynek a termesztésére. Az egyiptomi útifű természetesen gazdag oldható rostban, így az emésztés szempontjából értékes termék. 6 éven aluli gyermekeknek nem ajánlott. **Összetevők:** Indiából származó 100% -os szerves pszícium-por. **Használat:** keverjen 5 g-t 200 ml gyümölcs vagy zöldséglevéhez. **Tárolja száraz helyen. Minden használat után szorosan zárja le.** Minőségét megőrzi – szária sz.: lásd a csomagolást.

PL: Są to sproszkowane łuski nasion babki plesznik (jajowate), rośliny zielnej pochodzącej z Indii. Ze względu na zróżnicowany klimat Indii, gdzie gorące dni występują na przemian z potężnymi deszczami monsunowymi, jest to idealne miejsce do uprawy tej rośliny. Nasiona babki plesznik stanowią źródło rozpuszczalnych włókien doskonale wspomagających trawienie. Niezalecane dla dzieci poniżej 6 roku życia. **Składniki:** 100% sproszkowanej babki plesznik z Indii. **Sposób użycia:** zmieszać 5 g z 200 ml soku owocowego lub roślinnego. **Przechowywać w suchym miejscu. Dokładnie zamykać po każdym użyciu.** Data ważności – nr partii: patrz opakowanie.

Nutrition information / Voedingswaarden / Valeurs nutritionnelles / durchschnittliche Nährwerte / Valores nutricionales / Valores nutricionais médios / gjennomsnittlig Næringsverdi / Táipéirteáinfeirméad / Wartość odżywcza	100 g	5 g
Energy / Energie / Energie / Energie / valor energético / energia / energ / Energia / Wartość energetyczna	757 kJ 189 kcal	37.9 kJ 9.5 kcal
Fat / Vetten / Matières grasses / Fett / grasas / lípidos / Fett / Zsír / Tüszcz	0.4 g	0.02 g
of which saturates / waarvan verzadigde vetzuren / dont acides gras saturés / davon gesättigte Fettsäuren / de las cuales saturadas / dos quais saturadas / derav mettet fett / amelyből telített zsír / w tym nasycony	0.05 g	0.0 g
Carbohydrate / Koolhydraten / Glucides / Kohlenhydrate / carbohidratos / hidratos de carbono / Karbohydrater / Szénhidrát / Węglowodany	0.4 g	0.02 g
of which sugars / waarvan suikers / dont sucres / davon Zucker / de los cuales azúcares / dos quais açúcares / derav sukker / amelyből cukrok / w tym cukry	0.1 g	0.0 g
Fibre / Vezel / Fibres alimentaires / Ballaststoffe / fibra alimentaria / fibra / fiber / Rost / Biomik	91 g	4.55 g
Protein / Eiwitlen / Protéines / Eiweiß / proteínas / proteinas / protein / Fehérje / Bialko	0.5 g	0.02 g
Salt / Zout / Sel / Salz / salt / sale / salt / Só / Sól	0.1 g	0.0 g

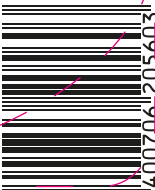


CKN: 4114997

e 200g



BE-BIO-02
Non-EU Agriculture



PURASANA NV
Heulestraat 104, B-8560 Gullegem
www.purasana.com

artwork by BURC AI

purašana®
your natural protection