

PURE &
ORGANIC
PRODUCT



puraśana®
your natural protection

**SUPER
FOOD**

Rich in iron & potassium

CUR CUMIA RAW POWDER

e 200g

use this
powder in



smoothie



dressing



sauce



pasta



Rich in iron & potassium

EN: Originating from India and Asia, **curcumin** (Curcuma longa) is a plant related to ginger which has been used for centuries in Ayurvedic medicine due to its beneficial properties. The orange-yellow powder obtained from the root contains curcuminoids, which help support the liver and digestion. Curcumin is a highly potent antioxidant and an essential ingredient in curries. Blend or sprinkle half a teaspoon of curcumin into curries, add to milk, soy or rice drink, and use in a range of dishes. The ideal way to enjoy all the benefits of curcumin as well as its unique flavour. **Ingredient:** 100% organic curcumin (Curcuma longa) powder from India. **Store in a dry place and seal the bag properly after use.** Best before – batch no.: see packaging.

NL: Kurkuma (Curcuma longa) vindt zijn oorsprong in India en Azië, is een plant verwant aan gember en wordt al eeuwenlang gebruikt in de ayurvedische geneeskunde omwille van zijn weldoende eigenschappen. Het oranjegele poeder afkomstig van de wortel, bevat curcuminoïden en heeft een ondersteunende werking voor de lever en de spijsvertering. Kurkuma is een zeer krachtige antioxidant en onontbeerlijk in kerries. Meng of shake ½ koffielepel Kurkuma in smoothies, met melk, soja- of rijstdrink en gebruik het product in diverse gerechten. Geniet zo van alle voordelen en de unieke smaak van Kurkuma. **Ingrediënt:** 100 % biologische kurkuma (Curcuma longa) poeder uit India. **Droog bewaren en de zak na elk gebruik goed sluiten.** Ten minste houdbaar tot - LOT nr.: zie verpakking.

FR: Originaire d'Inde et d'Asie, le **curcuma** (Curcuma longa) est une plante qui s'apparente au gingembre et qui est utilisée depuis des siècles dans la médecine ayurvédique pour ses vertus bénéfiques. La poudre jaune-orange obtenue à partir de la racine contient des curcuminoïdes qui sont favorables au foie et qui facilitent la digestion. Antioxydant extrêmement puissant, le curcuma est aussi un ingrédient essentiel dans les curries. Mélangez ou saupoudrez une demi-cuillère de curcuma dans les curries, ajoutez-en au lait, boisson de soja ou de riz, et utilisez-le dans des plats variés. La façon idéale d'apprécier toutes les vertus du curcuma ainsi que sa saveur unique. **Ingredient:** Curcuma (Curcuma longa) en poudre 100 % biologique originaire de l'Inde. **Entreposer dans un endroit sec et bien refermer le sachet après usage.** A consommer de préférence avant le – n° de lot : voir emballage.

D: Kurkuma (Curcuma longa) aus Indien und Asien stammende Pflanze, die mit dem Ingwer verwandt ist und aufgrund ihrer wohltuenden Eigenschaften schon seit Jahrhunderten in der ayurvedischen Medizin eingesetzt wird. Das aus der Wurzel gewonnene orange-gelbe Pulver enthält Kurkuminoide, die die Leberfunktion und die Verdauung unterstützen. Kurkuma ist ein sehr wirksames Antioxidans und eine der wichtigsten Curry-Zutaten. Mixen oder rühren Sie einen halben Teelöffel Kurkuma unter Smoothies, Fruchtsaft oder Pflanzennmilch und verwenden Sie es bei einer Vielzahl von Gerichten. So kommen Sie auf ideale Weise in den Genuss der zahlreichen guten Eigenschaften von Kurkuma und seines einzigartigen Geschmacks. **Zutat:** 100 % biologisches Kurkumapulver (Curcuma longa) aus Indien. **An einem trockenen Ort**

aufbewahren und die Tüte nach dem Gebrauch gut verschließen. Mindestens haltbar bis – Chargennummer: Siehe Verpackung.

ES: Originaria de la India y Asia, la **curcuma** (Curcuma longa) es una planta que pertenece a la familia del jengibre y que se ha utilizado durante siglos en la medicina ayurvédica debido a sus propiedades beneficiosas. Este polvo de color amarillo anaranjado que se obtiene de la raíz contiene curcuminoides, un compuesto químico que refuerza el hígado y favorece la digestión. La curcuma es un poderoso antioxidante y un ingrediente básico en la elaboración de los diferentes tipos de curry. Mezcle o espolvoree media cucharadita de curcuma en el curri, añada leche, bebida de soja o de arroz fría o caliente y utilice esta salsa para aderezar una amplia variedad de platos. No solo disfrutará de todos sus beneficios, sino también de su característico sabor. **Ingrediente:** polvo de curcuma (Curcuma longa) 100 % orgánico de India. **Almacenar en un lugar seco y cerrar correctamente la bolsa tras su uso.** Consumir preferentemente antes del - n.º de lote: consultar el envase.

PT: A **curcuma** (Curcuma longa), originária da Índia e Ásia, é uma planta da família do gengibre que é utilizada na medicina ayurvédica, devido às suas propriedades benéficas. O pó laranja/amarelo, extraído a partir da raiz, contém curcuminoídes e apoia a função do fígado e o sistema digestivo. A curcuma é um antioxidante muito poderoso e indispensável em molhos de caril. Misture ou agite ½ colher de café de curcuma em batidos, com leite, bebida de soja ou de arroz e utilize o produto em vários pratos. Beneficie de todas as vantagens e do sabor único da curcuma. **Ingrediente:** pó de curcuma (Curcuma longa) 100 % orgânico da Índia. **Conservar num local seco e fechar bem a embalagem após cada utilização.** Consumir de preferência antes de – Lote n.º: ver embalagem.

NO: Med sin opprinnelse i India og Asia, er **gurkemeie** (curcuma longa) en plante som er beslektet med ingefær. Den har blitt brukt i århundrer i medisn på grunn av sine gunstige egenskaper. Det gultoransje pulveret kommer fra roten om inneholder kurkuminoïder som er godt for både leveren og fordøyelsen. Gurkemeie er en kraftig antioksidant og en viktig ingrediens i karriretter. Bland en halv teskje inn i karriretter, bruk den i fruktjuice eller vegetabilsk melk – gurkemeie kan brukes på mange ulike måter. Gurkemeie gir maten ekstra farge og gjør underverker for kroppen. **Ingrediente:** 100 % økologisk malt gurkemeie fra India. **Oppbevares på et tørt sted. Lukk posen godt etter bruk.** Best før – parti nr.: se emballasje.

IT: La curcuma (Curcuma longa) è una pianta originaria dell'India e dell'Asia ed appartiene alla stessa famiglia dello zenzero. Essa è utilizzata da secoli nella medicina ayurvedica per le sue proprietà benefiche. La polvere di curcuma, di colore giallo-arancio, è ottenuta dalla radice della pianta ed è ricca di curcuminoïdi, che contribuiscono ad una buona funzionalità epatica ed hanno proprietà digestive. La curcuma è inoltre un potente antiossidante ed un ingrediente fondamentale dei piatti a base di curry. Aggiungere un mezzo cucchiaino di curcuma ai piatti a

base di curry oppure miscelarlo con succo di frutta, latte vegetale o in qualsiasi altra preparazione per godere appieno delle sue proprietà benefiche e assaporare il suo gusto unico. **Ingrediente:** 100% curcuma (Curcuma longa) biologica in polvere originaria dell'India e dello Sri Lanka. **Conservare in luogo asciutto e chiudere accuratamente la confezione dopo l'uso.** Da consumarsi preferibilmente entro il – numero di lotto: vedi la confezione.

PO: Kurkumina (Curcuma longa) pochodzi z Indii i Azji to roślinna spokrewniona z imbirem, która od wieków stosowana była w medycynie ajurwedzkiej ze względu na dobroczynne działanie. Pomarańczowo-żółty proszek pozyskiwany z korzenia zawiera kurkuminoïdy, które wspomagają pracę wątroby i trawienie. Kurkumina jest bardzo silnym przeciwutleniaczem i podstawowym składnikiem curry. Warto dodać pół łyżeczki do curry, soku owocowego czy mleka roślinnego albo innych potraw. To idealny sposób, by wykorzystać dobroczynne działanie i niepowtarzalny smak kurkuminy. **Składniki:** 100% organicznej kurkuminy (Curcuma longa) w proszku z Indii. **Przechowywać w chłodnym, suchym miejscu. Dokładnie zamykać po każdym użyciu.** Data ważności – nr partii: patrz opakowanie.

Nutrition information / Voedingswaarden / Valeurs nutritionnelles / durchschnittliche Nährwerte / Valores nutricionales / Valores nutricionales médios / gjennomsnittlig Næringsverdi / valori nutrizionali medi / Wartości odżywcze	/ 100g
Energy / Energie / Energie / Energie / valor energético / energia / energ / valore energetico / Wartosc energetyczna	1482 kJ 354 kcal
Fat / Vetten / Matières grasses / Fett / grasas / lípidos / fett / grassi / Tuszcz of which saturates / waarvan verzadigde vetzuren / dont acides gras saturés / davon gesättigte Fettsäuren / de las cuales saturados / dos quais saturadas / derav mettede fettsyrer / di cui acidi grassi saturi / w tym nasycony	10 g
Carbohydrate / Koolhydraten / Glucides / Kohlenhydrate / carbohidratos / hidratos de carbono / karbohydrater / carbohydrates / Węglowodany / of which sugars / waarvan suikers / dont sucres / davon Zucker / de los cuales azúcares / dos quais açúcares / derav sukker / di cui zuccheri / w tym cukry	3.1 g
Carbohydrate / Koolhydraten / Glucides / Kohlenhydrate / carbohidratos / hidratos de carbono / karbohydrater / carbohydrates / Węglowodany / of which sugars / waarvan suikers / dont sucres / davon Zucker / de los cuales azúcares / dos quais açúcares / derav sukker / di cui zuccheri / w tym cukry	65 g
Fibre / Vezel / Fibres alimentaires / Ballaststoffe / fibra alimentaria / fibra/ fibrer/ fibre alimentari / Biennik	3.2 g
Fibre / Vezel / Fibres alimentaires / Ballaststoffe / fibra alimentaria / fibra/ fibrer/ fibre alimentari / Biennik	21 g
Protein / Eiwhitten / Protéines / Eiweiß / proteínas / proteínas / protein / proteine / Białko	8.0 g
Salt / Zout / Sel / Salz / sal / salt / sale / sale / Sol	0.06 g
Potassium	2525 mg (72%*)
Iron	41 mg (293%*)
Calcium	168 mg (21%*)

* Reference intake of an average adult / referentie-inname van een gemiddelde volwassene / apport de référence pour un adulte-type / Referenzmenge für erwachsene / Ingesta de referencia de un adulto medio / Dosis de referência para um adulto médio / % av anbefalt daglig inntak / assunzioni di riferimento di un adulto medio / referençynye warto sci spozycja (8400 kJ / 2000kcal)



CNK: 3720406

e 200g

