

Lucuma Fruchtpulver, 200g

Lucuma ist eine Frucht, die in der Andenregion Perus heimisch ist. Aufgrund ihres gelben Fruchtfleisches, ähnlich dem Dotter eines gekochten Eies, wird sie als „Ei-Frucht“ bezeichnet. Lucuma gilt als Perus Nationalgeschmack und zeichnet sich durch ihr Ahorn-/Vanilleähnliches Aroma und ihren süßen Duft aus. Neben dem großartigen Geschmack ist Peruvian Harvest Lucuma auch eine sehr gute Quelle für Ballaststoffe und Kalium. Außerdem wird es ohne Zusätze jeglicher Art und gemäß den Kriterien für Rohkost hergestellt.

Nährwert & Wirkung:

- Quelle für Ballaststoffe

- Quelle für Kalium

Herkunft: Andenregion Peru

Zutaten: 100% Lucuma Fruchtpulver

Inhalt: 200g

Anwendungen:

- **Getränke:** Versuch doch einmal einen Löffel Lucuma-Pulver in Deinem Smoothie oder Proteinshake und erlebe diesen völlig neuen Geschmack! Unser Tipp: Löse das Lucuma-Pulver in einer Flüssigkeit auf und lass es einige Zeit ziehen. Dadurch kommt der Geschmack noch besser zur Geltung.

- **Süßes:** Besonders für Kuchen, Torten, Pudding und natürlich für die selbstgemachte Eiscreme eignet sich Peruvian Harvest Lucuma-Pulver hervorragend. In Peru ist der Lucuma-Geschmack einer der Beliebtesten bei Nachspeisen und speziell beim Eis.

- **Lebensmittelzubereitung:** Du kochst gerne? Mit Lucuma kannst Du auch deine Saucen abrunden oder es einfach als Zutat für andere Speisen verwenden.

[Zum Produkt](#)

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	1387 kj
Brennwert kcal	331 kcal
Fett	2,47 g
davon gesättigte Fettsäuren	1,26 g
davon einfach ungesättigte Fettsäuren	0,53 g
davon mehrfach ungesättigte Fettsäuren	0,54 g
Kohlenhydrate	63,10 g
davon Zucker	34,60 g
Ballaststoffe	19,90 g
Salz	0,05 g
Eiweiß	4,24 g

Sonstige Angaben

Kalium	1100,00 mg
NRV* an Kalium	55,00 %

Zusätzliche Informationen

*NRV = Prozentsatz der empfohlenen Tagesdosis

Zutaten:

100% Lucuma aus Peru

Herkunftsland:

Peru