



## Omega-3-Fischöl Lemon

Nahrungsergänzungsmittel

mit hochwertigen, biologisch aktiven Omega-3-Fettsäuren

### Wissenswertes:

Zahlreiche Studien belegen die gesundheitsfördernden Wirkungen von Omega-3-Fettsäuren. Allerdings reicht bei den meisten Menschen der Anteil an Nahrungsmitteln mit einem hohen Gehalt an Omega-3-Fettsäuren (z.B. fettreicher Seefisch, Walnüsse, Leinsamen) nicht für eine ausreichende Zufuhr aus. Omega-3-Fischöl Lemon kann in diesem Fall sehr nützlich sein, denn die wichtigen Omega-3-Fettsäuren **DHA** (Docosahexaensäure) und **EPA** (Eicosapentaensäure) sind darin in hohen Konzentrationen enthalten (ca. 12% DHA bzw. 18 % EPA). Folgende positiven Effekte wurden von der EFSA, der Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit, geprüft und bestätigt:

- Ab einer täglichen Aufnahme von 250 mg trägt DHA zu einer gesunden, normalen **Gehirnfunktion und Sehkraft** bei.
- In Kombination tragen DHA und EPA ab einer täglichen Aufnahmemenge von 250 mg zu einer **gesunden Herzfunktion** bei.
- Ab einer Dosierung von einem Esslöffel pro Tag tragen DHA und EPA zum **Erhalt eines normalen Blutdrucks** (ab 3 g EPA und DHA) und **normaler Blutfettwerte** (ab 2 g EPA und DHA) bei.

Omega-3-Fischöl Lemon eignet sich allerdings nicht nur zur reinen Nahrungsergänzung. Sie können es aufgrund seiner wohlschmeckenden Zitronennote auch gut zu kalten Speisen (z.B. Salat, Bruschetta, Pesto, Smoothies) genießen und so kulinarisch etwas für Ihre Gesundheit tun. Sie werden erstaunt sein, dass Sie dabei keinen Fischgeschmack wahrnehmen, sondern vielmehr der Duft von frisch gepressten Zitronen Ihren Speisen eine besondere Geschmacksnote verleiht.

**Zutaten:** Fischöl (98,5 %), Zitronenöl.

	Inhalt pro 2,5 ml	Inhalt pro 12 ml	pro 100 ml
Fischöl	2,3 g	11 g	92 g
davon Fett	2,3 g	11 g	92 g
davon ges. Fettsäuren	0,6 g	3 g	25 g
unges. Fettsäuren	1,4 g	6,8 g	57 g
davon einf. unges. Fettsäuren	0,5 g	2,5 g	21 g
mehrfach unges. Fettsäuren	0,9 g	4,3 g	36 g
davon Omega-3-Fettsäuren	690 mg	3300 mg	28 g
davon:			
EPA	414 mg	1980 mg	17 g
DHA	276 mg	1320 mg	11 g

Noch kein Nährstoffbezugswert für die tägliche Zufuhr gemäß VO (EU) Nr. 1169/2011 vorhanden.

**Verzehrempfehlung:** Für eine normale Herzfunktion, Sehkraft und Gehirnfunktion 1 x täglich  $\frac{1}{2}$  Teelöffel (=2,5 ml) einnehmen. Für den Erhalt eines normalen Blutdrucks und gesunder Blutfettwerte 1 x täglich 1 Esslöffel (=12 ml) einnehmen.

Die tägliche Gesamtaufnahme von 5 g EPA und DHA kombiniert darf nicht überschritten werden.

**Hinweis:** Da Fischöl sehr empfindlich und anfällig für Oxidationen ist, sollten Sie es auf keinen Fall erhitzen, sondern in der kalten Küche verwenden. Ungeöffnete Produkte sollten nicht direktem Sonnenlicht ausgesetzt und kühl und trocken gelagert werden. Einmal angebrochen sollten Sie es am besten im Kühlschrank lagern und innerhalb kurzer Zeit aufbrauchen.

Lichtgeschützt, trocken und unter 25 °C aufbewahren. Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung verwendet werden und ersetzen nicht eine gesunde Lebensweise. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern. Die empfohlene Tagesdosis darf nicht überschritten werden.

Made in Germany

### Inhalt 250 ml

Art.-Nr.: 207 Eti0324