

AFA-Alge: Die Nährwerte

Die Nährstoffe von AFA-Algen

Essenzielle Aminosäuren pro 100 g AFA-Algen

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

Nicht essenzielle Aminosäuren pro 100 g AFA-Algen

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

Mehrfach ungesättigte Fettsäuren pro 100 g AFA-Algen

Linolsäure (<i>Omega-6</i>)	1,9 g
Alpha-Linolensäure (<i>Omega-3</i>)	0,9 g
Gamma-Linolensäure (<i>Omega-6</i>)	0,0g

Nukleinsäuren pro 100 g AFA-Algen

RNS	0,20 g
DNS	0,09 g

Vitamine pro 100 g AFA-Algen

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

Mineralien & Spurenelemente pro 100 g AFA-Algen

Kalium	1046.7 mg
Phosphor	586.7 mg
Calcium	546.7 mg
Natrium	400.0 mg
Magnesium	183.3 mg
Silicium	90.0 mg
Chlor	46.7 mg
Eisen	35.1 mg
Fluor	3.8 mg
Germanium	20.0 mg
Selen	13.3 mg
Mangan	2.3 mg
Zinn	1.7 mg
Chrom	1.2 mg
Bor	1.0 mg
Titan	0.5 mg
Zink	0.5 mg
Kupfer	0.4 mg
Kobalt	0.2 mg
Molybdän	0.2 mg
Nickel	0.2 mg
Vanadium	0.2 mg
Jod	0.1 mg

Antioxidatives Potential

AO-Index (<i>Ranzimatttest</i>)	1,3
-----------------------------------	-----

Gesamtwerte

Proteine (<i>Aminosäuren</i>)	63,0%
Lipide (<i>Fette</i>)	15,0%
Sonstiges	9,3%
Kohlenhydrate	8,0%
Mineralien (<i>Asche</i>)	4,7%