

# BallastoMaxx

## Kompakt

- BallastoMaxx ist ein unlöslicher Ballaststoff in Pulverform
- für die ergänzende tägliche Zufuhr von unlöslichen Ballaststoffen
- feingemahlene Weizenfaser
- 94 % unlösliche Ballaststoffe
- eiweiß-, kalium- und phosphorarm
- glutenfrei, laktosefrei und vegan
- positiver Effekt auf Gastrointestinaltrakt durch Volumenvergrößerung der Faeces
- ideal zur Anreicherung von Speisen und Getränken mit unlöslichen Ballaststoffen
- besonders geeignet zum Einarbeiten in Teige
- geeignet ab 1 Jahr
- 750 g Dose

## Produktprofil

BallastoMaxx ist feingemahlene Weizenfaser für die ergänzende tägliche Zufuhr von unlöslichen Ballaststoffen – in Pulverform.

BallastoMaxx hat einen positiven Effekt auf den Gastrointestinaltrakt durch Volumenvergrößerung der Faeces und leistet somit einen wichtigen Beitrag für die gesunde ballaststoffreiche Ernährung. BallastoMaxx ist vielseitig anwendbar. Geeignet ab 1 Jahr.

BallastoMaxx hat einen Anteil von ca. 97 g Ballaststoffen pro 100 g, davon 94 % unlösliche und 3 % lösliche und ist

- > eiweiß-, kalium- und phosphorarm
  - > glutenfrei, laktosefrei und vegan
  - > pulverförmig und hat eine helle Farbe
  - > neutral in Geschmack und Geruch
  - > vielseitig verwendbar und leicht zu verarbeiten
  - > ganz besonders gut geeignet zum Einarbeiten in Teige.
- ⇒ Speisen und Getränke können sehr einfach mit unlöslichen Ballaststoffen aufgewertet werden.  
⇒ BallastoMaxx fördert die Verdauung auf natürliche Weise.

## Indikation

BallastoMaxx ist geeignet zur Anreicherung mit unlöslichen Ballaststoffen bei

- > eiweißarmer oder glutenfreier Ernährung
- > Verdauungsstörungen, z. B. Obstipation

> eingeschränkter Ballaststoffaufnahme, bei z. B. Kaubeschwerden.

## Dosierung und Anwendung

Für eine ergänzende Zufuhr von Ballaststoffen werden 10–20 g am Tag empfohlen.

5–10 g BallastoMaxx können in 150–200 ml Getränk oder 150–200 g Speise eingerührt werden.

Pro 100 g Mehl bzw. eiweißarmer oder glutenfreier Backmischung können 10 g Mehl durch 10 g BallastoMaxx ersetzt werden. Wegen des quellenden Effekts kann eine Zugabe von 10–20 ml Flüssigkeit zusätzlich pro 10 g BallastoMaxx notwendig sein.

Je nach Akzeptanz und individueller Verträglichkeit kann BallastoMaxx auch höher dosiert werden.

Hinweis: Bei Verwendung von BallastoMaxx bzw. einer ballaststoffreichen Kost sollte auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr geachtet werden. Die allgemeine Empfehlung für Erwachsene liegt bei ca. 2 Litern pro Tag.

## Zubereitung

### + Getränke

5–10 g BallastoMaxx in 150–200 ml Obst- oder Gemüsesaft, Milch, Kakao oder Mixgetränk geben, gut umrühren und sofort trinken.

### + warme Gerichte

Bei Kartoffelpüree, Suppen und Soßen werden 5–10 g BallastoMaxx direkt in

ca. 150–200 g Speise eingerührt. Für Pfannkuchen, Waffeln oder Bratlinge kann BallastoMaxx zum Mehl dazu gegeben werden (Siehe Abschnitte zu „Mehl“ und „Backmischung“.)

### + handelsübliches Mehl

Bei einem Rezept, in dem z. B. 250 g Mehl verwendet werden, können 25 g Mehl durch 25 g BallastoMaxx ersetzt werden (≙ 225 g Mehl + 25 g BallastoMaxx) – wir empfehlen dabei 25–50 ml Flüssigkeit zusätzlich dazu zu geben.

### + eiweißarme oder glutenfreie Backmischung

Bei einer Menge bis 300 g Backmischung können 30 g Backmischung durch 30 g BallastoMaxx ersetzt werden (≙ 270 g eiweißarmes/glutenfreies „Mehl“ + 30 g BallastoMaxx), ohne dass zusätzlich Flüssigkeit zugegeben werden muss. Bei der Zubereitung von Brot mit 500 g Backmischung empfehlen wir 470 g Backmischung und 30 g BallastoMaxx zu verwenden.

### + Sondenkost

BallastoMaxx ist nicht geeignet für Sondenkost und darf nicht parenteral verwendet werden.

Gilt für alle Zubereitungsarten:  
⇒ Immer frisch zubereiten!

BallastoMaxx kann in sehr vielen Variationen zubereitet werden.

In unseren Rezepten finden Sie zahlreiche verschiedene Ideen und Anregungen. Die Rezepthefte „BallastoMaxx – peppige Rezepte für die ausgewogene eiweißarme Ernährung“ oder „BallastoMaxx – Rezepte für eine ausgewogene ballaststoffreiche Ernährung“ können Sie gerne – auch zur Weitergabe an Ihre Patienten – kostenfrei bei uns bestellen.

**ZUTATEN***Glutenfreie Weizenfaser.*

<b>NÄHRWERTE</b>		100 g
BallastoMaxx		
<b>Brennwert</b>		
	kJ	792
	kcal	198
<b>Fett</b>	g	0,2
davon gesättigte Fettsäuren	g	<0,1
<b>Kohlenhydrate</b>	g	<0,1
davon Zucker	g	<0,1
<b>Ballaststoffe</b>	g	97
unlösliche Ballaststoffe	g	94
lösliche Ballaststoffe	g	3
<b>Eiweiß</b>	g	0,4
L-Phenylalanin	mg	2
L-Leucin	mg	6
L-Methionin	mg	3
L-Tyrosin	mg	3
<b>Salz</b>	g	<0,1

**Mineralstoffe**

Kalium	mg	2,7
Phosphor	mg	1,8

Liefereinheit	1 x 750 g Dose
PZN	🇩🇪 – 🇩🇪 4003202
Artikelnummer	🇩🇪 🇩🇪 49-003-50010
Lieferung an	Apotheken, Kliniken, Patienten
Lagerhinweis	Trocken lagern.

**Kundenservice/Bestellhotline**☎ **008000 - 9963829** (gebührenfrei aus A, D, NL)

+49 (0) 8432 9486 - 0 • fax - 19

✉ [service@metax.org](mailto:service@metax.org)📍 metaX Institut für Diätetik GmbH  
Kreuterstraße 14 • 86666 Burgheim/Germany**Internet**[metax-shop.org](http://metax-shop.org)  
[metax.org](http://metax.org)**Zentrale**

☎ +49 (0) 6031 166 72 - 70

✉ metaX Institut für Diätetik GmbH  
Am Strassbach 5  
61169 Friedberg/Germany