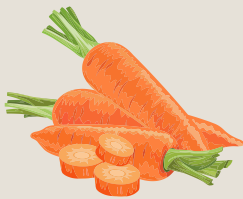


# PRÄBIOTISCHE LEBENSMITTEL (LISTE)



Zwiebeln	Bohnen
Löwenzahn	Kichererbsen
Knoblauch	Grüne Erbsen
Lauch	Leinsamen
Porree	Chiasamen
Spargel	Quinoa
Artischocken	Amaranth
Bananen	Sellerie
Haferkleie	Möhren
Haferflocken	Süßkartoffel
Vollkornweizen	Rote Beete
Roggen	Sellerieknolle
Weizenkleie	Tomaten
Gerste	Ingwer
Chicorée	Kiwi
Topinambur	Blaubeeren
Schwarzwurzel	Äpfel
Pastinake	Birnen
Alantwurzel	Walnüsse
Linsen	Mandeln
Kohl	kalter Reis

