

FLOHSAMENSCHALEN (PSYLLIUM)

DER NATÜRLICHE BALLASTSTOFF-KLASSIKER FÜR BINDUNG, STABILITÄT UND TEXTURANPASSUNG

Flohsamenschalen (E465) sind die Samenhüllen der *Plantago ovata*, einer Wegerichart. Sie bestehen zu > 80 % aus löslichen Ballaststoffen und binden ein Vielfaches ihres Eigengewichts an Wasser. Ideal für glutenfreies Backen, Porridges, gediegte Zubereitungen und zur Verbesserung von Textur und Saftigkeit.

- 1 E465 – Flohsamenschalen
- 2 Pflanzlicher Ursprung (Wegerichsamenhüllen)
- 3 Hohe Wasserbindung und Quellvermögen
- 4 Viskositätssteigernd und stabilisierend
- 5 Unterstützt gelartige, elastische Texturen
- 6 Kalt dispergierbar, quillt nach
- 7 Ideal für glutenfreies Backen & Texturanpassung
- 8 Vegan & ballaststoffreich

E465	WASSERLÖSLICH (QUELLFÄHIG)	PFLANZLICH (WEGERICHSAMEN)	VEGAN & BALLASTSTOFFREICH
------	----------------------------	----------------------------	---------------------------

WARUM FLOHSAMENSCHALEN BEOBACHTEN?

Die Sinne testen – für perfekte Ergebnisse. Vor Laborgeräten verlassen sich Konditor:innen auf ihre Erfahrung.

- ✓ Bildet viskose, gelartige Masse
- ✓ Unterstützt Struktur und Stabilität
- ✓ Verbessert Saftigkeit und Frischhaltung
- ✓ Stabil bei Säure und Hitze
- ✓ Ideal für glutenfreies Backen
- ✓ Zu viel führt zu übermäßiger Klebrigkeit oder Schleimigkeit

GUTE BEOBACHTUNG. BESSERE ERGEBNISSE.

Großartige Pâtisserie beginnt mit deinen Sinnen.

TEMPERATUR – MACHT DEN UNTERSCHIED

Wärme verändert wenig. Textur durch Wasser und Zeit steuern.



Flohsamenschalen in kaltem Wasser dispergieren.

Kurz verrühren oder gut umrühren, keine Klumpen bilden.

5 – 10 Min. quellen lassen – Gel bildet sich sichtbar.

Erneut kräftig verrühren für gleichmäßige Textur.

Gel ist nun vollständig gebildet und viskos.



TIPP FÜR PROFIS

Zu wenig Quellzeit = geringere Wirkung. Immer vollständig quellen lassen für maximale Wasserbindung und Textur.

DOSIERUNG & ANWENDUNG

Typische Einsatzmengen – je nach Rezept und Ziel.

ANWENDUNG	DOSIERUNG (RICHTWERT)
Glutenfreies Backen (Teige)	0,5 – 1,5 % (5 – 15 g/kg)
Porridges & Breie	0,5 – 1,0 % (5 – 10 g/kg)
Suppen, Saucen	0,3 – 0,8 % (3 – 8 g/kg)
Desserts & Cremes	0,3 – 0,8 % (3 – 8 g/kg)
Fleischersatz & Patties	0,5 – 1,5 % (5 – 15 g/kg)
Getränke & Smoothies	0,2 – 0,5 % (2 – 5 g/kg)

ANWENDUNG: In kaltem Wasser oder Flüssigkeit dispergieren, quellen lassen und vollständig einarbeiten. Viel Flüssigkeit für optimale Wirkung bereitstellen.

KOMBINATIONEN VERSTÄRKEN

Flohsamenschalen wirken noch besser in Kombination.

MIT XANTHAN	+		=		Mehr Stabilität und Viskosität
MIT GUAR	+		=		Cremigere, sämigerere Textur
MIT METHYLCELLULOSE	+		=		Gelstruktur stabilisieren
MIT GELATINE	+		=		Elastische Textur, mehr Körper

Immer durch Praxis testen und anpassen.

WAS IST FLOHSAMENSCHALEN?

Flohsamenschalen sind natürliche, lösliche Ballaststoffe aus den Samenhüllen von *Plantago ovata*. In kaltem Wasser dispergiert, quellen sie stark auf (ca. 10–20-fach) und bilden eine viskose, gelartige Masse. Sie sind kein klassischer, klarer Gelbildner, sondern sorgen für Bindung, Stabilität und angenehme Textur.

- 1 **HOHE WASSERBINDUNG**
Binden ein Vielfaches ihres Gewichts an Wasser und bilden eine dicke Gelmasse.
- 2 **VISKOSITÄTSSTEIGERND**
Erhöhen die Viskosität und verbessern die Textur und Standfestigkeit.
- 3 **STABIL & STÜTZEND**
Stabilisieren Emulsionen und Teige, unterstützen gelartige Konsistenz.
- 4 **VIELSEITIG EINSETZBAR**
Für glutenfreies Backen, Porridges, Suppen, Saucen, Desserts und mehr.
- 5 **KALT DISPERGIERBAR**
Können in kalter Flüssigkeit dispergiert werden und quellen nach kurzer Zeit.



Flohsamenschalen sind vegan, ballaststoffreich und eine wertvolle Unterstützung für Textur und Verdauungsfreundlichkeit.



VERSCHIEDENE DOSIERUNGEN, VERSCHIEDENE TEXTUREN

Typ und Dosierung bestimmen die Wirkung und Textur.

- 1 **NIEDRIGE DOSIERUNG (0,3 – 0,5 %)**
Leichte Viskositätssteigerung, weiche Textur, angenehmes Mundgefühl.
- 2 **MITTLERE DOSIERUNG (0,6 – 1,0 %)**
Deutlich viskoser, gelartige Konsistenz, bessere Stabilität.
- 3 **HÖHERE DOSIERUNG (1,1 – 2,0 %)**
Kräftiges Gel, hohe Bindung und Standfestigkeit.
- 4 **ZU HOHE DOSIERUNG (> 2,0 %)**
Sehr zäh, klebrig oder schleimig, Textur leidet.



WICHTIG ZU WISSEN

Nach dem Quellen nicht mehr stark rühren – Struktur kann brechen.



DIE KOMPLETTE KARTE DER FLOHSAMENSCHALEN-WIRKUNG

Vom flüssigen Zustand zum perfekten Ergebnis – jede Phase zählt.



Zutaten abwägen und vorbereiten.

Flohsamenschalen in kalter Flüssigkeit dispergieren.

5–10 Min. quellen lassen – Gel bildet sich.

Gut verrühren für eine homogene, viskose Textur.

Im Teig, Brei oder in der Zubereitung einsetzen.

Perfektes Ergebnis: stabile, saftige, angenehme Textur.



PROFI-TIPP

Für beste Textur nicht überdosieren und ausreichend Zeit zum Quellen geben. Ideal in Kombination mit anderen Hydrokolloiden.



MERKSATZ

Flohsamenschalen sind natürliche Ballaststoffe mit hoher Wasserbindung – für bessere Textur, Stabilität und wohlfühlende Kreationen.



HERSTELLERREFERENZ

Typische Dosierung: 0,3 – 2,0 % (3 – 20 g/kg)
Löslich in kaltem Wasser.
E465 gemäß Verordnung (EG) Nr. 1333/2008.