



Enjoy free from...

✓ fructosevrij ✓ lactosevrij ✓ low FODMAP



PRODUCTCATALOGUS

Inhoud

Over ons	2
Fructose-intolerantie	3
Suikersoorten	6
Lactose intolerantie	9
Glutenintolerantie	10
Het low-FODMAP dieet	13
Histamine-intolerantie	15
Chocolade	17
Zoetwaren	31
Snacks	41
Bakproducten	45
Desserts	51
Zoeten & siroop	55
Fijne keuken	57
Voor op het brood	62
Dranken	71

Veel genot, weinig fructose

Levensmiddelen met druivensuiker, zonder kristalsuiker

Oorspronkelijk hebben we onze producten ontwikkeld voor mensen die lijden aan een fructose-intolerantie of die om andere redenen fructose en sucrose (kristalsuiker) moeten vermijden. In de tussentijd hebben de levensmiddelen een groeiende groep van fans gevonden bij psychisch en fysiek actieve mensen: kristalsuiker bestaat voor de helft uit fructose (fruitsuiker) en glucose (druivensuiker) en wordt tijdens de spijsvertering in deze bestanddelen gesplitst. Fructose en glucose worden achtereenvolgend niet alleen in verschillende mate opgenomen, maar ook volledig verschillend gemetaboliseerd: terwijl fructose noodzakelijkerwijs in de lever moet worden omgezet en deze in hoge doses zwaar belast, kan het lichaam glucose direct als een energiebron gebruiken.

Frusano gebruikt noch kristalsuiker, noch kunstmatige zoetstoffen, noch suikeralcoholen maar uitsluitend druivensuiker en fructosevrije glucosestroop: druivensuiker voor de kortstondige energieboost, de langere glucoseketens uit de glucosestroop voor de energie op lange termijn.

En daarbij geen spoor van een bittere bijmaak of plakkerige opdringerige zoetheid zoals bij veel suikervrije producten die kunstmatige zoetstoffen of andere suikervervangers zoals suikeralcoholen bevatten. Onze chocolade, vruchtenjam, snoepjes en dranken smaken minstens net zo goed als gewone met suiker gezoete producten! Dat garanderen wij u.

Onze producten zijn verkrijgbaar bij geselecteerde handelaren. Op www.frusano.com vindt u een kaart met handelaren die Frusano producten vertegenwoordigen. Daarnaast kunt u het volledige assortiment fructose-arme levensmiddelen direct bij ons in de internetshop krijgen.

Wij leveren wereldwijd. Naar Duitsland, Oostenrijk, Zwitserland, België, Nederland en Luxemburg leveren wij op rekening en al bij een bestelwaarde van 60 euro gratis verzending!

Veel plezier met informeren en winkelen!

Over ons



Zonder toevoeging van
- fructose
- kristalsuiker
- kunstmatige zoetstoffen
- kunstmatige aroma's
- conserveringsstoffen

Fructose-intolerantie



Soorten van fructose onverdraagzaamheid

Er zijn twee soorten fructose-intolerantie: fructose malabsorptie en erfelijke fructose-intolerantie

Fructose malabsorptie (= intestinale fructose-intolerantie = fruitsuikeronverdraagzaamheid)

De malabsorptie van fructose is waarschijnlijk gebaseerd op een defect transportsysteem voor fructose in de dunne darm. De capaciteit van de GLUT-5-transporter, die ervoor zorgt dat de ingenomen fructose wordt geabsorbeerd, wordt verworven of bij de geboorte verminderd. Dit leidt tot twee hoofdklachten: ten eerste verzamelt zich door osmose water in de dunne darm en treedt er diarree op omdat de vloeistof niet langer door de dikke darm kan worden opgenomen. Ten tweede wordt fructose in de dikke darm bacterieel afgebroken, wat resulteert in vetzuren met een korte keten en gassen die verschillende kwalen veroorzaken zoals flatulentie, een opgeblazen gevoel en hoofdpijn. Dikwijls wordt fructose malabsorptie verkeerd gediagnosticeerd als prikkelbare darm syndroom (PDS) net als andere koolhydraat malabsorpties (bijvoorbeeld lactose malabsorptie).

De diagnose van een fructose malabsorptie vindt eenvoudig en pijnloos plaats door de H₂-ademtest (opgelet, als HFI wordt vermoed gaat de H₂-ademtest gepaard met hoge risico's, zie hieronder).

Momenteel kan fructose malabsorptie niet worden behandeld maar zullen de getroffeneneen fructose-arm dieet moeten volgen, in ernstige gevallen een fructosevrij dieet.

Erfelijke fructose-intolerantie / HFI

Erfelijke fructose-intolerantie (HFI) is een zeer zeldzame aangeboren aandoening van de fructosestofwisseling die tot ernstige lever- en nierschade en hypoglykemie leidt. Patiënten met HFI worden klinisch opvallend na consumptie van fructose meestal al in het eerste levensjaar bij de eerste inname van aanvullende voeding. Veel patiënten, maar lang niet allemaal, hebben een natuurlijke aversie tegen snoep, fruit en groenten, die hen beschermt tegen het eten van fructose. In tegenstelling tot fructose malabsorptie, is een fructose-arm dieet niet voldoende voor erfelijke fructose-intolerantie, er moet strikt fructosevrij gegeten worden.

Als er een vermoeden bestaat van HFI moet er voor de blootstelling aan een H₂-ademtest gewaarschuwd worden omdat HFI-patiënten tijdens de fructose-uitdagingstest ernstige hypoglycemische reacties kunnen ervaren.

Een erfelijke fructose-intolerantie kan worden gediagnosticeerd o.a. door een moleculair genetische analyse van de 3 meest voorkomende mutaties van het aldolase B-gen (A149P, A174D en N334K).

Eten bij fructose-intolerantie

Fructosevrij?

Fructose komt van nature voor in de meeste soorten fruit, groenten en granen. Volledig vrij van fructose is het bij natuurlijke levensmiddelen bijna niet, het gehalte aan fructose is echter extreem verschillend. Daarom is het belangrijk om zo weinig mogelijk fructose te eten en toch in balans te blijven. Bepalend is de persoonlijke tolerantiedrempel, die heel verschillend kan zijn en kan variëren van duidelijk minder dan 1g/dag bij HFI tot 20g/dag bij milde vormen van fructose malabsorptie. De producten van Frusano zijn over het algemeen erg laag in fructose, het fructose-, sacharose- en sorbitolgehalte wordt in alle gevallen aangegeven. Dit wordt bereikt door het exclusieve gebruik van fructosevrije glucosestroop als zoetstof en door de selectie van fructose-arme fruitsoorten. Over het algemeen zouden producten van Frusano voor geen problemen moeten zorgen bij u. Als u een lage persoonlijke tolerantiedrempel hebt, vragen wij u om aandacht te schenken aan de informatie over het fructose-, sorbitol- en sacharosegehalte en om de producten met de lagere fructose te selecteren.

Als hulpmiddel bij fructose-intolerantie zijn er levensmiddelentabellen waar het fructosegehalte van de meest gangbare levensmiddelen nagekeken kan worden (bijv.: Souci, Facmann, Kraut: 'Lebensmitteltabellen für die Praxis' of Prof. Karl Herrmann: 'Inhaltsstoffe von Obst und Gemüse').

Sorbitolgehalte

Naast het fructosegehalte moet altijd rekening worden gehouden met het sorbitolgehalte, omdat bij mensen met fructose-intolerantie een gelijktijdige sorbitol-intolerantie eerder regel dan uitzondering is. Bovendien werkt sorbitol in grote hoeveelheden niet alleen laxerend bij mensen met een fructose-/sorbitol-intolerantie. Bij HFI is sorbitol verboden, net als fructose! De informatie over het sorbitolgehalte is helaas vaak verkeerd. Vooral in databases voor voedingswaarden van voedingsmiddelen (Bundeslebensmittelschlüssel) wordt het getal "0" vaak aangetroffen in voedingsmiddelen die hoge hoeveelheden sorbitol bevatten. "0" zal daar waarschijnlijk dan ook worden ingevoerd als er geen informatie beschikbaar is. Het sorbitolgehalte van zure kersen ligt bijvoorbeeld tussen de 0,4g tot iets minder dan 3g per 100g, dat van zoete kersen tussen 1,4g en 4,5g per 100g.

Sorbitol moet net als fructose worden vermeden bij fructose-intolerantie.

Fructose-intolerantie



Fructose-intolerantie



Eten bij fructose-intolerantie

Sacharosegehalte en gelijktijdige opname van glucose

Fructose is een van de twee bestanddelen van de disacharide sacharose die ook huishoudsuiker of gewoon "suiker" wordt genoemd (het andere ingrediënt is glucose, druivensuiker dus). Dit betekent dat een voedingsmiddel met bijvoorbeeld 50g huishoudsuiker een fructosegehalte van 25g heeft. Overigens geldt dit ook voor rietsuiker en bruine suiker die ook overwegend uit sacharose bestaan.

In vele publicaties wordt betoogd dat de gelijktijdige opname van glucose de fructoseopname normaliseert en dat in het bijzonder "gebonden fructose", dat wil zeggen fructose die is gevonden als een component van sacharose in levensmiddelen, verdraagzamer zou zijn. Daarentegen hebben een groot aantal klanten met fructose malabsorptie (= intestinale fructose-intolerantie) meegedeeld, dat zij naast fructose ook geen sacharose verdragen. Bij HFI is sacharose altijd verboden.

We nemen aan dat bij sommige mensen met fructose malabsorptie de opname van glucose de fructose-tolerantie verhoogt, maar dit kan niet worden gegeneraliseerd. Bij fructose-intolerantie zou men dus niet alleen op het fructosegehalte maar ook op het gehalte aan huishoudsuiker moeten letten, in ieder geval totdat via een eliminatiedieet of door een H₂-ademtest vastgesteld is dat u sacharose verdraagt. Buiten het fructosegehalte letten wij ook op het extreem lage gehalte aan sacharose bij Frusano producten en vermelden dit bij elk product. Bovendien bevatten alle Frusano producten een overmaat aan glucose, een orde van grootte meer glucose dan fructose.

Fructose, sacharose, lactose

Fructose (=Fruktose, fruitsuiker)

Fructose (vruchtensuiker, fruitsuiker, het Latijnse fructus = fruit) is een monosacharide (enkelvoudige suiker) die behoort tot de koolhydraten. Fructose is bovendien één van de twee onderdelen van de disacharide sacharose ook wel huishoudsuiker of gewoon "suiker" genoemd (het andere bestanddeel is glucose, druivensuiker dus). Dit betekent dat een levensmiddel, dat bijvoorbeeld 50g huishoudsuiker bevat een fructosegehalte van 25g heeft. Hieronder staat meer over de verdraagzaamheid van sacharose.

Fructose komt van nature in de meeste vruchten, groenten en granen voor. Het gehalte van fructose is heel verschillend. Er bestaan handige voedseltabellen bij fructose-intolerantie, waar het fructosegehalte van het meest voorkomende voedsel kan worden opgezocht. De waarden die daar staan geven geen garantie omdat het fructosegehalte erg kan variëren al naar gelang soort, rijpheid en herkomst van het fruit.

Totale fructoseafwezigheid is er bij natuurlijke voedingsmiddelen bijna niet. Meer informatie hierover vindt u op de pagina's "Voeding bij fructose-intolerantie".

Sacharose

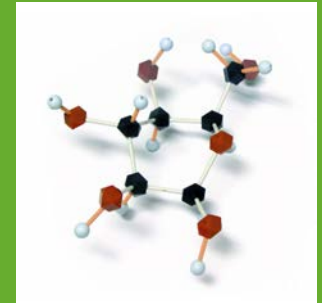
Sacharose (belangrijkste ingrediënt in huishoudsuiker, geraffineerde suiker, kristalsuiker, rietsuiker, kandijnsuiker, poedersuiker, kortom: in alle soorten witte en bruine suiker) is een zogenaamde disacharide, dat wil zeggen een molecuul dat uit 2 soorten suiker bestaat: een deel glucose en een deel fructose. Dus 100g sacharose bevat 50g fructose.

Op de stelling dat de gelijktijdige inname van glucose de fructose-opname normaliseert, schrijven we op de pagina's "Voeding bij fructose-intolerantie".

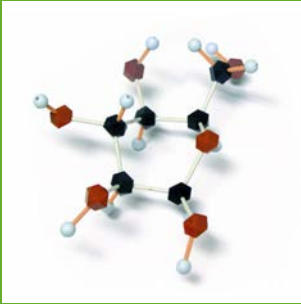
Lactose

Lactose is een disacharide (tweevoudig suiker) bestaande uit galactose en glucose. Lactose komt vooral voor in melk- en zuivelproducten. Voordat lactose kan worden opgenomen door het lichaam moet het tijdens de spijsvertering eerst worden gesplitst in de enkelvoudige suikers galactose en glucose, waarbij het lichaamseigen enzym lactase noodzakelijk is. Dit enzym wordt bij baby's altijd in voldoende hoeveelheden geproduceerd om de moedermelk te kunnen verteren. Hoe ouder men wordt des te minder lactase wordt er door het lichaam geproduceerd, waarbij de hoeveelheid verschilt van persoon tot persoon. Afrikanen en Aziaten produceren meestal geen lactase meer als ze volwassen zijn dus daar komt lactose-intolerantie regelmatig voor.

Suikersoorten



Suikersoorten



Glucose, glucosesiroop, maltose

Glucose

Glucose (= glukose, dextrose, druivensuiker) wordt verkregen uit zetmeel door enzymatische splitsing en wordt extreem snel in het bloed opgenomen. Glucose is een goede vervanger voor huishoudsuiker bij fructose-intolerantie en fructose malabsorptie. In elk dextrosepoeder dat in de winkel verkrijgbaar is zit maximaal ongeveer 10% zogenaamd 'kristalwater'. Dat kristalwater is opgenomen in de kristalstructuur van de dextrose maar wanneer de dextrose wordt opgelost, bijvoorbeeld als de dextrose door een taartmix wordt geroerd, komt dat kristalwater vrij. Dit is de reden waarom vaak gezegd wordt dat dextrose het deeg en desserts zo waterig maakt.

Onze tip: houd er tijdens het koken en bakken rekening mee dat als je 1kg dextrose toevoegt, er ongeveer 85ml water vrijkomt en je daarom van andere vloeistoffen 85ml minder toevoegt. Het is nog eenvoudiger met onze biologische graansuiker uit maïs, deze kunt u in de meeste recepten 1:1 gebruiken als kristalsuiker.

Nadelen van het gebruik van zuivere glucose zijn de lichtmetalen smaak, de neiging tot kristallisatie (een witachtige aanslag, die vooral te zien is wanneer het product gekoeld wordt en vaak verward wordt met schimmel) en de hoge stijging van de bloedsuikerspiegel vanwege de extreem snelle opname in het bloed. Frusano gebruikt vanwege deze nadelen geen pure glucose maar glucosesiroop, zie "Ingrediënten bij Frusano".

Glucosesiroop (soms ook genoemd naar het oorspronkelijke product rijststroop, glucosesiroop, tarwesiroop enz.)

Zie "Ingrediënten bij Frusano".

Maltose

Maltose (moutsuiker) wordt verkregen uit zetmeel door enzymatische splitsing en is samengesteld uit 2 glucosemoleculen. Maltose is toegestaan bij fructose-intolerantie en fructose malabsorptie.

Glucosesiroop

Glucosesiroop

Glucosesiroop wordt verkregen door enzymatische splitsing van zetmeel. Afhankelijk van het oorspronkelijke product van het zetmeel wordt het ook rijststroop, glucosestroop of tarwestroop genoemd. De meeste glucosestroop is vloeibaar maar het kan ook worden gedroogd en als poeder worden verpakt.

Frusano gebruikt vanwege de positieve fysiologische eigenschappen en betere smaak voor de eigen producten steevast fructosevrije glucosestroop die door enzymatische splitsing van uitvoerig gereinigd, puur zetmeel verkregen is.

Volgens de levensmiddelenwetgeving kan de term "glucosestroop" echter ook een siroop verbergen waarin een deel van de glucose is omgezet in fructose om een hogere zoetkracht te bereiken. Dit geldt in het bijzonder voor de "High Fructose Corn Syrup (HFCS)" die in de VS veel wordt gebruikt in het Engels: "High fructose corn syrup" en in ons geval ook "industriesuiker". Deze siroop, die erg veel fructose bevat, wordt gebruikt als vervanging voor tafelsuiker en wordt vaak verkort aangeduid als maïssiroop. Als gevolg hiervan heeft maïssiroop doorgaans de reputatie veel fructose te bevatten, wat vaak maar niet altijd waar is. Onze analyses van commerciële producten hebben vaak het gebruik van dergelijke fructose bevattende siropen bevestigd.

Het klopt dus: glucosestroop, rijstsiroop, tarwestroop kan grote hoeveelheden fructose bevatten.

Fout is: glucosestroop, rijstsiroop, tarwestroop bevat altijd fructose omdat er ook fructosevrije varianten zijn. Producten die wij verkopen bevatten altijd fructosevrije glucosestroop. Afgezien van glucose bevat de glucosestroop zelfs langere ketens van glucosemoleculen: maltose, bestaande uit 2 glucosemoleculen en meerdere suikers (oligosachariden), bestaande uit meer dan 2 glucosemoleculen. Deze suikers, die alleen uit glucose bestaan, zijn toegestaan voor fructose-intolerantie en fructose malabsorptie.

En: glucosestroop smaakt beter en de zoetheid is "ronder" dan het gebruik van pure glucose.

Suikersoorten



Lactose intolerantie



Eten bij fructose-intolerantie

Tussen 10 en 40 procent van de Duitsers lijdt aan lactose-intolerantie. In andere landen, bijvoorbeeld op het Afrikaanse continent, is het nog wijdverbreider. Wereldwijd wordt tot 70 procent van de mensen beschouwd als lactose-intolerant.

Eigenlijk is dit niet verwonderlijk, zoals deskundigen met betrekking tot het dierenrijk opmerken: geen enkel zoogdier consumeert melk na de eerste levensjaren. En zeker niet de melk van andere diersoorten, net zoals mensen koemelk of geitenmelk drinken. Melk op volwassen leeftijd is dus geen natuurlijk voedsel, zoals veel mensen veronderstellen.

Lactose-intolerantie is een voedselintolerantie voor de suiker lactose, die onder andere voorkomt in melk en zuivelproducten. Lactose-intolerantie is noch een ziekte, noch een allergie: de getroffenenen hebben echter last van winderigheid, diarree, buikpijn, misselijkheid en braken na inname van de suiker lactose.

De symptomen treden op omdat het lichaam niet voldoende lactase produceert, dat de melksuiker lactose kan afbreken en zo bruikbaar kan maken voor het lichaam.

Indien de lactose niet of slechts onvolledig wordt afgebroken in de dunne darm, spreken artsen van lactose-malabsorptie. De dunne darm kan de grote, ongeklouven lactosemoleculen niet absorberen.

Als gevolg daarvan blijft de lactose in de darm, waar het water bindt - en dus diarree veroorzaakt.

Wanneer het uiteindelijk de dikke darm bereikt, vallen bacteriën de lactose aan. Hierbij ontstaan gassen zoals methaan en waterstof. Ze verklaren de winderigheid. De grotere darmvulling rekt ook de darm uit en veroorzaakt samentrekkingen, die hevige pijn kunnen veroorzaken. Melk in het bijzonder bevat zoveel lactose dat het eten van een grotere hoeveelheid zelfs bij mensen zonder lactose-intolerantie problemen veroorzaakt. Hoe meer lactose wordt ingenomen, hoe meer lactase het lichaam nodig heeft om de melksuiker te metaboliseren. Zo lijden veel mensen aan een lactasetekort wanneer zij in één keer een glas melk drinken - en dus komen in dit geval de beschreven mechanismen in de dunne en dikke darm op gang, ook al is er eigenlijk geen lactose-intolerantie.

De deskundigen raden patiënten met lactose-intolerantie dan ook aan op te letten wat zij eten, maar ook om hun individuele tolerantiedrempel voor lactose steeds opnieuw zorgvuldig te testen. Momenteel is de beste diagnostische procedure voor lactose-intolerantie de H₂-ademtest. Bij deze test neemt de patiënt op een lege maag ongeveer 50 gram lactose (melksuiker) opgelost in water in. Vóór en binnen drie uur na inname van de lactose wordt het waterstofgehalte van de adem gemeten.

Coeliakie

Gluten komt vooral voor in tarwe, rogge, gerst en spelt. Veel mensen ondervinden zeer onaangename symptomen na het eten van producten die gluten bevatten. Er zijn drie mogelijke ziektebeelden voor dit.

Er kunnen verschillende redenen zijn voor het opgeven van gluten. De meest acute ziekte is waarschijnlijk coeliakie. Coeliakie is een pathologische reactie van het lichaam op een bepaalde stof in voedsel, het gluteneiwit. Gluten is het hoofdbestanddeel van inheemse granen zoals tarwe, rogge, gerst en spelt.

Veel mensen denken dat de ziekte een glutenallergie is, maar coeliakie is een auto-immuunziekte. In aanwezigheid van gluten overreageert het immuunsysteem van een persoon. Het herkent dan abusievelijk het lichaamseigen weefsel als een vijand die bestreden moet worden. Als gevolg daarvan raakt de dunne darm ontstoken. Dit maakt het moeilijker voor het lichaam om voedingsstoffen op te nemen - en brengt onaangename symptomen met zich mee zoals winderigheid, buikpijn, diarree en braken, en ook andere, minder voor de hand liggende klachten.

Coeliakie (ook: "glutengevoelige enteropathie" of "inheemse sprue", en in de volksmond "glutenintolerantie" of "glutenintolerantie") werd lange tijd beschouwd als een zeldzame kinderziekte. Uit verbeterde diagnostische mogelijkheden blijkt echter dat ongeveer drie op 1000 Duitsers aan deze vorm van glutenintolerantie lijden. Deskundigen gaan ervan uit dat het aantal niet gerapporteerde gevallen veel hoger ligt: Hoewel coeliakie de laatste jaren steeds meer aandacht krijgt, rekenen deskundigen nog steeds met een groot aantal lijdens bij wie de juiste diagnose nog niet is gesteld.

Het slechte nieuws over deze vorm van glutenintolerantie is dat er geen uitzicht is op genezing. Je leeft met coeliakie voor de rest van je leven. De enige behandeling die momenteel beschikbaar is, is een strikt glutenvrij dieet. Het goede nieuws over coeliakie (in de volksmond ook wel glutenintolerantie genoemd) is dat een coeliakiepatiënt een volkomen normaal, symptomvrij leven kan leiden, net als ieder ander mens, als hij of zij een strikt glutenvrij dieet volgt. Relatief vaak lijden coeliakiepatiënten ook aan een tijdelijke fructose-intolerantie. Voor hen zijn vooral veel Frusano-producten licht verteerbaar, omdat de meeste zowel glutenvrij als fructosevrij of fructosearm zijn..

Glutenintolerantie



Glutenintolerantie



Tarwe-allergie

Een andere reden om gluten te vermijden is tarwe-allergie. Net als coeliakie is tarwe-allergie een reactie van het immuunsysteem tegen tarweproteïnen. De aard van de reactie is echter verschillend. Bij coeliakie vernietigt het immuunsysteem de eigen lichaamscellen in aanwezigheid van gluten. Bij tarwe-allergie daarentegen overreageert het immuunsysteem tegen bepaalde tarweproteïnen (albumine, globuline, gluten). Het is echter niet gericht tegen de lichaamseigen cellen en vernietigt het slijmvlies van de dunne darm niet.

Artsen kennen twee vormen van tarwe-allergie. Bakkersastma is een allergie voor meelstof. Veel mensen die bakkersastma ontwikkelen (meestal eigenlijk bakkers, maar ook landbouwers en molenaars) kunnen gewoon niet tegen het meelstof in de lucht, dat via de luchtwegen wordt opgenomen. Qua voeding hoeven ze echter nauwelijks op te passen: De meeste bakkersastmapatiënten kunnen brood en andere graanproducten eten zonder symptomen. Naast bakkersastma bestaat er ook een allergie voor tarwebestanddelen die met voedsel worden ingenomen. De triggers zijn hier de verschillende eiwitbestanddelen zoals tarwe-albumine, globuline en gluten.

De symptomen van tarwe-allergie zijn zwelling of jeuk in de mond, neus, ogen en keel, ontstekingsreacties van de huid, buikkrampen, misselijkheid, braken, winderigheid en diarree.

De behandeling van tarwe-allergie vereist een wijziging van het dieet. Als een allergoloog een tarwe-allergie heeft vastgesteld, moet de patiënt tarwe en aanverwante granen zoals spelt, groene spelt, emmer, einkorn en kamut vermijden. Als u verpakt voedsel koopt, helpt de lijst van ingrediënten: Tarwe als ingrediënt moet worden vermeld en visueel worden geaccentueerd. De Duitse Allergie- en Astmavereniging waarschuwt de getroffen en om tarwemeel niet te vervangen door speltmeel, aangezien de allergietriggers bijna identiek zijn.

De Duitse Allergie- en Astmavereniging waarschuwt ook dat glutenvrije voeding niet altijd geschikt is voor mensen met een tarweallergie. Het gebruikte tarwezetmeel kan nog tarwe-eiwit als allergeen bevatten. Wij sluiten dit echter uit voor Frusano-producten. Alle glutenvrije Frusano-producten zijn ook geschikt voor mensen met een tarweallergie.

Tarwegevoeligheid

Tarwegevoeligheid, ook bekend als "tarwegevoeligheid zonder tarweallergie", lijkt qua klinisch beeld en symptomen sterk op coeliakie, maar is niet als zodanig aantoonbaar. Symptomen zijn onder meer buikpijn, krampen, misselijkheid, braken, winderigheid, diarree, constipatie, vermoeidheid, slaapstoornissen, hoofdpijn, spier-, bot- en gewrichtspijn.

Als symptomen optreden die lijken op die van een tarwe-allergie of coeliakie, is het aan te bevelen een dagboek bij te houden. Deskundigen bevelen een glutenvrij dieet of een FODMAP-dieet aan om de symptomen te verlichten. Het staat vast dat dit vaag omschreven ziektebeeld een niet-allergische of auto-immuunziekte is, waarbij de consumptie van tarwehoudende producten symptomen veroorzaakt die lijken op die van coeliakie. Een glutenvrij dieet, dat mogelijk is met bijna alle Frusano-producten, is echter de beste manier om glutenintolerantie te compenseren. Met uitzondering van enkele producten in de categorie bakkerijproducten zijn alle Frusano-producten glutenvrij.

De aanzienlijke toename van tarwe-intoleranties is deels te wijten aan het feit dat mensen tegenwoordig bewuster zijn: Wie naar zichzelf luistert en vraagt naar zijn toestand, zal ook eerder symptomen opmerken.

Bovendien is er een andere plausible theorie over de oorzaak van de frequente klachten. Deze theorie zegt dat het menselijk organisme niet opgewassen is tegen het huidige Midden-Europese dieet. In de eerste plaats is de hoeveelheid graanproducten die het lichaam in de huidige normale voeding binnenkrijgt, ondraaglijk. Wij consumeren met name grote hoeveelheden tarwe. Granen verschenen pas zo'n 10.000 jaar geleden in het dieet van onze voorouders, dus het is een relatief recent voedingsmiddel. Ten tweede kunnen de huidige granen - resistent tegen plagen, hoogproductief en rijk aan eiwitten - bij sommige mensen ongemak veroorzaken.

Glutenintolerantie



Het low-FODMAP dieet



Het lage FODMAP-dieet

Het lage FODMAP-dieet

Wat betekent FODMAP? Het woord FODMAP komt van het Engelse woord FODMAP en is als volgt samengesteld: Fermenteerbare Oligo-sacchariden, Di-sacchariden, Mono-sacchariden en Fermenteerbare Polyolen.

Wat betekent dit? Eigenlijk zijn het verschillende groepen koolhydraten die in ons voedsel voorkomen.

- Oligosacchariden zijn meervoudige suikers. FODMAP's verwijzen echter niet naar alle polysacchariden, maar naar bepaalde niet-verteerbare polysacchariden die in bijzonder hoge concentraties voorkomen in peulvruchten zoals bonen, erwten en linzen.
- Disacchariden (dubbele suikers) zijn voornamelijk lactose in alle zuivelproducten (naast melk bijv. ook in yoghurt, kwark, gecondenseerde melk, room, kaasbereidingen), alsmede sacharose (huishoudsuiker).
- De monosacchariden (enkelvoudige suikers) in FODMAP verwijzen naar de vruchtensuiker, fructose, die als bestanddeel van sacharose in alle conventioneel gezoete levensmiddelen zit. Vruchten bevatten ook fructose (in bijzonder hoge concentraties, bijvoorbeeld appels). De enkelvoudige suiker glucose is uitdrukkelijk toegestaan in lage FODMAP's: het kan de vertering van andere enkelvoudige suikers zoals fructose vergemakkelijken. Dit wordt overtollige glucose genoemd. Polyolen bevatten weinig of geen fructose, maar veel glucose, d.w.z. over het algemeen veel meer glucose dan fructose.
- Polyolen zijn suikeralcoholen die voorkomen in diverse dieetvoeding en andere suikervrije kant-en-klare levensmiddelen en producten. Voorbeelden van polyolen zijn sorbitol of maltitol.
- Al deze koolhydraten (FODMAP's) moeten in de dunne darm worden verwerkt. De dunne darm is echter vaak niet in staat om alle koolhydraten op te nemen en als voedingsstoffen ter beschikking van het lichaam te stellen.

Daar zijn verschillende redenen voor. Bij sommige mensen ontbreken transportmoleculen (zoals bij fructose malabsorptie), bij anderen ontbreken enzymen (zoals bij lactose intolerantie). Maar het mechanisme is hetzelfde: in plaats van te worden verwerkt in de dunne darm, komen koolhydraten in de dikke darm terecht, waar ze worden afgebroken en gefermenteerd door bacteriën. Fermentatie produceert gas, dat vaak verantwoordelijk is voor winderigheid (met of zonder opgeblazen gevoel). Polyolen worden ook niet gemetaboliseerd, maar in de dikke darm gefermenteerd. Bovendien trekken de reststoffen die bij de fermentatie van FODMAP's ontstaan, gedeeltelijk water aan of binden ze, wat kan leiden tot vrij vloeibare ontlasting en constipatie. Dit zijn met andere woorden precies de ongemakken waar veel mensen aan lijden in verband met voedselintoleranties.

Het lage FODMAP-dieet

Low FODMAP - het juiste dieet?

Wat kunnen de betrokkenen nu doen? Een ander dieet is een alternatief.

Het FODMAP-concept is gebaseerd op de ervaring van mensen met lactose-intolerantie en fructose-malabsorptie en mensen met het prikkelbare darmsyndroom. Een laag FODMAP-dieet is een dieet waarbij lactose, fructose, suikervervangers en bepaalde polysachariden worden vermeden.

In principe melden mensen met het prikkelbare darmsyndroom een positief effect van het FODMAP-dieet; zo ook mensen met lactose- en/of fructose-intolerantie, voor wie het opgeven van lactose- en/of fructosebevattende voedingsmiddelen alleen geen verbetering bracht. Ook mensen met een inflammatoire darmziekte, zoals de ziekte van Crohn, hebben goede ervaringen met een laag FODMAP-dieet.

Low FODMAP producten van Frusano: Low FODMAP producten van Frusano zijn vrij van fructose en lactose, vrij van suikervervangers en vrij van niet-verteerbare polysachariden. Met andere woorden, ze bevatten niet precies de voedselgroepen waarvan bekend is dat ze FODMAP-intolerantie veroorzaken. De producten van Frusano liggen zelfs qua ingrediënten ver onder de lage FODMAP-grenswaarden en overtreffen ruimschoots de lage FODMAP-normen, vooral wat betreft de afwezigheid van sacharose en fructose en een teveel aan glucose.

Het low-FODMAP dieet



Frusano - veel genot, weinig fructose

Histamine-intolerantie



Histamine-intolerantie

Histamine is een eiwit dat bijna overal in de dieren- en plantenwereld voorkomt. Het komt ook van nature voor in het menselijk lichaam. Het zit ook in veel voedingsmiddelen, vooral als ze rijp of gefermenteerd zijn.

De gegevens over histamine-intolerantie zijn momenteel nog dun. Daarom werken wij bij Frusano onder meer samen met universiteiten, die onze Frusano-producten specifiek op histamine testen of ook onze ingrediënten en processen in detail analyseren.

De diagnose van histamine-intolerantie is nog steeds een groot probleem, dat veel tijd en analyse vergt. Histamine-intolerantie is veel complexer dan de meeste allergieën. Tot op heden bestaat er geen duidelijke definitie van histamine-intolerantie. De diagnose is dus moeilijk. Bovendien zijn de symptomen aspecifiek. Veel symptomen lijken op die van een voedselallergie, maar er zijn ook overeenkomsten met de symptomen van fructosemalabsorptie, lactose-intolerantie en, tot op zekere hoogte, de symptomen van coeliakie. Mensen met histamine-intolerantie vertonen symptomen van intolerantie na het eten van voedsel dat histamine bevat. De symptomen lijken meestal op die van een allergie, daarom wordt histamine-intolerantie ook wel een pseudoallergie genoemd. De meest voorkomende symptomen van histamine-intolerantie zijn hoofdpijn, migraine, hartkloppingen, duizeligheid, vermoeidheid, problemen met de bloedsomloop, blozen (roodheid van het gezicht, de nek en eventueel het bovenlichaam), huiduitslag, jeuk, zwelling, misselijkheid, maagpijn, winderigheid of diarree. Om deze symptomen te voorkomen, is het belangrijk een gezond dieet te volgen dat geschikt is voor dit type intolerantie. Histamine-intolerantie wordt veroorzaakt door een enzymtekort. Sommige mensen breken histamine uit voedsel te langzaam of onvolledig af. Het enzym diamine oxidase (DAO) is betrokken bij de afbraak van histamine. Als het enzym niet in voldoende hoeveelheden beschikbaar is voor de afbraak van histamine, komt histamine in de bloedbaan terecht en veroorzaakt het de allergie-achtige symptomen.

Mensen met histamine-intolerantie moeten zich houden aan een histamine-arm dieet. Dit is een uitdaging: levensmiddelen kunnen worden ingedeeld als hoog of laag in histamine, maar het histaminegehalte van dezelfde levensmiddelen varieert sterk. Het hangt met name af van de mate van rijpheid, de opslagomstandigheden en de verwerking. Frusano test elke partij voedsel die histaminevrij is verklaard zorgvuldig op histamine.

Suikerverklaring en allergie-informatie

Suikerverklaring

Frusano geeft bij alle producten gedetailleerd de hoeveelheid fructose, sacharose en sorbitol aan.

Opgemerkt moet worden dat de algemene term "suiker" bij de informatie over voedingswaarden niet gelijk is aan kristalsuiker. Integendeel, dit is de som van alle suikersoorten waarvan bij de producten van Frusano het overwegende deel toegestane suikers zijn, zoals druivensuiker en maltose.

De reden voor de misleidende keuze van de term "suiker" ligt in de voorschriften voor de voedselaangifte: in de gedetailleerde voedingswaarde-informatie op de verpakking is de vermelding van de som van alle suikers onder de aanduiding "suiker" wettelijk verplicht, dit kunnen echter verschillende suikersoorten zijn. Glucose, fructose, sacharose en maltose zijn allemaal "suiker" in de zin van de wet. Bij Frusano splitsen we daarom aanvullend de hoeveelheid verschillende suikers zoals fructose, sucrose en lactose gedetailleerder op in een aparte tabel.

Allergie-verklaring ("kan sporen van...")

De vermelding "sporen van..." betekent dat met dezelfde apparatuur ook producten met melk, noten etcetera gemaakt worden. Ondanks intensieve reiniging van de productie zijn geringe sporen, die bij mensen die erg gevoelig zijn reacties kunnen oproepen, niet volledig uit te sluiten. De informatie is puur een voorzorgsmaatregel en alleen voor allergische mensen relevant die al op geringe sporen van de opgegeven stoffen allergisch reageren. De vermelding betekent niet dat we bijvoorbeeld melk als ingrediënt zullen gebruiken.

Voor mensen met intoleranties in de vorm van een malabsorptie, bijvoorbeeld een lactose malabsorptie, zijn deze sporen niet belangrijk. Neem bij twijfel contact op met uw arts of diëtiste.

Ingrediënten bij Frusano



Chocolade



Art.nr.: 4260137741368

Inhoud: 80 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Volle melkchocolade

Druivensuiker en moutsuiker geven onze volle melkchocolade hun milde zoetheid. Verfijnd met hoogwaardige cacao en lactosevrije melk ontstaat er een fijne zachte bio volle melkchocolade die op de tong smelt. Let er goed op want deze chocolade is niet alleen bij mensen met een fructose- of lactose-intolerantie een favoriet.

- Genieten zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- histaminvrij
- bio



Lactosevrije bio volle melkchocolade

Ingrediënten: Bio gedehydrerde glucosestroop, bio cacaoboter, bio gedroogde melkproducten*, bio cacaomassa, bio geklaarde boter, emulgator: bio zonnebloemlecithinen, natuurlijk bio Bourbon vanille aroma *uit lactosevrije bio volle melk

(Kan sporen van noten en soja bevatten. -> zie info bladzijdes)

Cacao: minstens 37%

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <0,5%, Kristalsuiker <1,0%, Druivensuiker 21%, Moutsuiker 6%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (2 stukjes=8,3g)
Energie	2398kJ/573kcal	199kJ/48kcal
Vetten	39g	3g
waarvan verzadigde vetzuren	25g	2g
Koolhydraten	48g	4g
waarvan suikers	35g	3g
Vezels	2,5g	0,2g
Eiwitten	6,7g	0,6g
Zout	0,21g	0,02g

* Verpakking bevat 12 porties.

Volle melkchocolade minireepjes

Druivensuiker en moutsuiker geven onze chocolade hun milde zoetheid. De populaire chocolade om mee te nemen - groot chocoladegenot gebundeld in 4 praktische minireepjes van de beste fructosevrije volle melkchocolade.

- Verwen uzelf zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- histaminvrij
- bio

Lactosevrije bio volle melkchocolade

Ingrediënten: Bio gedehydrerde glucosestroop, bio cacaoboter, bio gedroogde melkproducten*, bio cacaomassa, bio geklaarde boter, emulgator: bio zonnebloemlecithinen, natuurlijk bio Bourbon vanille aroma *uit lactosevrije bio volle melk

(Kan sporen van noten en soja bevatten.-> zie info bladzijdes) **Cacao:** minstens 37%

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <0,5%, Kristalsuiker <1,0%, Druivensuiker 21%, Moutsuiker 6%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (12,5g)
Energie	2398kJ/573kcal	300kJ/72kcal
Vetten	39g	5g
waarvan verzadigde vetzuren	25g	3g
Koolhydraten	48g	6g
waarvan suikers	35g	4g
Vezels	2,5g	0,3g
Eiwitten	6,7g	0,8g
Zout	0,21g	0,03g

* Verpakking bevat 4 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Chocolade



Art.nr.: 4260137741887

Inhoud: 4 x 12,5g = 50g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Chocolade



Art.nr.: 4260137740996

Inhoud: 80 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Pure chocolade

Onze bio pure chocolade is alleen met druivensuiker en moutsuiker gezoet. Ze is niet alleen fructosevrij, maar ook vegan, lactosevrij en glutenvrij en biedt u puur, onvervalst chocoladegenot. Ontdek het aromarijckdom en het zachte karakter van onze donkere chocolade.

- Genieten zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan
- bio

Bio pure chocolade

Ingrediënten: Bio cacaomassa, bio gedehydrerde glucosestroop, bio cacaoboter, emulgator: bio zonnebloemlecithine, natuurlijk bio Bourbon vanille aroma.
(Kan sporen van **noten**, **melk** en **soja** bevatten. -> zie info bladzijdes)

Cacao: minstens 58%

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <0,5%, Kristalsuiker <1,0%, Druivensuiker 21%, Moutsuiker 6%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (2 stukjes=7,1g)
Energie	2259kJ/540kcal	160kJ/38kcal
Vetten	37g	2,6g
waarvan verzadigde vetzuren	23g	1,6g
Koolhydraten	42g	3,0g
waarvan suikers	28g	2,0g
Vezels	9,6g	0,7g
Eiwitten	6,7g	0,5g
Zout	0,10g	0,007g

* Verpakking bevat 11 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Pure chocolade minireepjes

De combinatie uit druivensuiker en moutsuiker geeft onze minireepjes van pure chocolade hun discrete zoetheid. Voor allen die zich hebben gewijd aan de donkere chocolade smaken de flinterdunne minireepjes meer zacht dan bitter.

- Genieten zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan
- bio

Bio pure chocolade

Ingrediënten: bio cacaomassa, bio gedehydrerde glucosestroop, bio cacaoboter, emulgator: bio zonnebloemlecithinen, natuurlijk bio Bourbon vanille aroma.

(Kan sporen van **noten**, **melk** en **soja** bevatten. -> zie info bladzijdes)

Cacao: minstens 58%

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <0,5%, Kristalsuiker <1,0%, Druivensuiker 21%, Moutsuiker 6%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (12,5g)
Energie	2259kJ/540kcal	282kJ/67kcal
Vetten	37g	5g
waarvan verzadigde vetzuren	23g	3g
Koolhydraten	42g	5g
waarvan suikers	28g	4g
Vezels	9,6g	1,2g
Eiwitten	6,7g	0,8g
Zout	0,10g	0,01g

* Verpakking bevat 4 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Chocolade



Art.nr.: 4260137741382

Inhoud: 4 x 12,5g = 50g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Chocolade



Art.nr.: 4260137740040

Inhoud: 80 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Nougat chocolade

Onze edele biologische nougat chocolade, uitsluitend gezoet met mout en dextrose en uiteraard ook lactosevrij en glutenvrij, is de nieuwste creatie van de chocoladefamilie Frusano. De delicate nootachtige verleiding doet de harten van alle chocoladefans sneller kloppen. Geniet stukje bij beetje van de smeltzachte, lactosevrije volle melkchocolade met dat beetje extra.

- Genieten zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- bio

Lactosevrije biologische volle melkchocolade met biologische hazelnootpasta

Ingrediënten: Gedroogde biologische glucosestroop, biologische cacaoboter, biologisch droog **melkproduct***, biologische cacaomassa, 8% biologische **hazelnootpasta**, biologisch **botervet**, emulgator: biologische zonnebloemlecithinen, natuurlijk biologisch bourbon vanille aroma.

*Van lactosevrije biologische volle **melk**

(Kan sporen bevatten van **noten** en **soja**. -> zie info bladzijdes)

Cacao: minimaal 34%

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <0,5%, Kristalsuiker <1,5%, Druivensuiker 18%, Moutsuiker 6%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (2 Stukken=7,1g)
Energie	2430kJ/580kcal	173kJ/41kcal
Vetten	41g	3g
waarvan verzadigde vetzuren	24g	2g
Koolhydraten	45g	3g
waarvan suikers	32g	2g
Eiwitten	7,1g	0,5g
Zout	0,19g	0,01g

* Verpakking bevat 12 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Janosch mini chocolaatjes met noga

Kleine tijger en kleine beer gaan op reis. De lactosevrije fructosevrije bio noga chocolade – alleen met druivensuiker en moutsuiker gezoet gaat altijd mee. De fijne volle melkchocolade met bio noger smelt op de tong – deze mini chocolaatjes behoren tot het favoriete voedsel van tijger.

- Natuurlijk genot zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- bio

Lactosevrije bio volle melkchocolade met hazelnotenpasta

Ingrediënten: Bio gedroogde glucosestroop, bio cacao boter, bio melkpoederproducten*, bio cacao massa, 8% bio hazelnootpasta, bio botervet, emulgator: bio zonnebloemlecithinen, natuurlijk bio Bourbon vanille aroma. *uit lactosevrije bio volle melk.

(Kan sporen van noten en soja bestanddelen bevatten. -> zie info bladzijdes)

Cacao: minstens 34%

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <0,5%, Kristalsuiker <1,5%, Druivensuiker 18%, Moutsuiker 6%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (2 stukjes=12,5g)
Energie	2430kJ/580kcal	304kJ/73kcal
Vetten	41g	5g
waarvan verzadigde vetzuren	24g	3g
Koolhydraten	45g	6g
waarvan suikers	32g	4g
Vezels	2,3g	0,3g
Eiwitten	7,1g	0,9g
Zout	0,19g	0,02g

* Verpakking bevat 4 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Chocolade



Art.nr.: 4260137743119

Inhoud: 50 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Chocolade



Art.nr.: 4260137740231

Inhoud: 80 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Witte chocolade

Volle melk, puur en ... WIT! Eindelijk is de Frusano-trilogie perfect! Fijne, zacht smeltende, lactosevrije, witte chocolade met knapperige cacaostukjes - alleen gezoet met druiven- en moutsuiker. De heerlijke aroma's van de gebroken cacaobonen komen overeen met de subtiele zoetheid van witte chocolade, deze smaakervaring is een must voor alle chocoladeliefhebbers - laat u overtuigen!

- Genieten zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- histaminvrij
- bio

Lactosevrije bio witte chocolade

Ingrediënten: Bio gedroogde glucosestroop, bio cacaoboter, bio gedroogde **melk**producten*, bio geklaarde **boter**, emulgator: bio zonnebloemlecithinen, natuurlijk bio Bourbon vanille aroma. *uit lactosevrije bio volle **melk**

(Kan sporen van **noten** en **soja** bevatten. -> zie info bladzijdes)

Cacao: minstens 27%

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <0,5%, Kristalsuiker <0,5%, Druivensuiker 25%, Moutsuiker 6%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (2 stukjes=7,1g)
Energie	2377kJ/568kcal	169kJ/40kcal
Vetten	37g	2,6g
waarvan verzadigde vetzuren	23g	1,6g
Koolhydraten	55g	3,9g
waarvan suikers	40g	2,8g
Vezels	0g	0g
Eiwitten	4,8g	0,3g
Zout	0,21g	0,015g

* Verpakking bevat 11 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Rijstcrispies

De knapperige bio rijstcrispies worden uitsluitend met druivensuiker en moutsuiker gezoet – totaal zonder kristalsuiker. Luchtig, licht gepofte rijst ommanteld met de beste bio volle melkchocolade. Overtuig uzelf en geniet van de glutenvrije en lactosevrije choco snacks.

- Verwen uzelf zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- histaminvrij
- bio

Bio lactosevrije volle melkchocolade met bio rijstcrispies

Ingrediënten: Bio gedehydrateerde glucosestroop, bio cacao boter, 17% bio gepofte rijst, bio gedroogde **melk**producten*, bio cacao massa, bio geklaarde **boter**, emulgator: bio zonnebloemlecithine, natuurlijk bio Bourbon vanille aroma *uit lactosevrije bio volle **melk** (Kan sporen van **noten** en **soja** bevatten. -> zie info bladzijdes)

Cacao: minstens 37% in het chocoladegedeelte

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <0,5%, Kristalsuiker <1,0%, Druivensuiker 17%, Moutsuiker 5%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (10g)
Energie	2263kJ/541kcal	226kJ/54kcal
Vetten	33g	3,3g
waarvan verzadigde vetzuren	21g	2,1g
Koolhydraten	54g	5,4g
waarvan suikers	29g	2,9g
Vezels	2,2g	0,2g
Eiwitten	6,8g	0,7g
Zout	0,18g	0,018g

* Verpakking bevat 13 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Chocolade



Art.nr.: 4260137741344

Inhoud: 125 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Chocolade



Art.nr.: 4260137741924

Inhoud: 125 g

Frustrano - veel genot, weinig fructose

Quinoa crispies

De knapperige quinoa crispies worden uitsluitend met druivensuiker en moutsuiker gezoet - totaal zonder kristalsuiker. Trendy quinoapops en crunchy glutenvrije maïscornflakes ommanteld door de beste bio pure chocolade. Overtuig uzelf en geniet van de vegane en lactosevrije chocolade snacks.

- Genieten zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan
- bio

Bio pure chocolade met bio cornflakes en bio quinoa

Ingrediënten: Bio cacaomassa, bio gedehydrerde glucosestroop, 20% bio cornflakes, 10% bio quinoa, bio cacaoboter, emulgator: zonnebloem lecithinen, natuurlijk bio Bourbon vanille aroma. (Kan sporen van **noten, melk** en **sojabestanddelen** bevatten. -> zie info bladzijdes)

Cacao: minstens 58% in het chocoladegedeelte

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <0,5%, Kristalsuiker <1,0%, Druivensuiker 14%, Moutsuiker 4%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (10g)
Energie	2062kJ/492kcal	206kJ/49kcal
Vetten	26g	2,6g
waarvan verzadigde vetzuren	16g	1,6g
Koolhydraten	54g	5,4g
waarvan suikers	20g	2,0g
Vezels	7,2g	0,7g
Eiwitten	7,0g	0,7g
Zout	0,07g	0,007g

* Verpakking bevat 13 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Petit plaisir tartine - fijne pralines met noten- en wafelvulling

Fijne handgemaakte pralines met wafel- en hazelnootvulling - gemaakt door echte kenners voor echte fijnproevers! Onze kleine, onweerstaanbare lekkernijen zijn gemaakt van eersteklas, fructosearme ingrediënten. Een nobele creatie die indruk maakt met zijn romige zachte en tegelijkertijd knapperige vulling, omhuld met knapperige, lactosevrije pure Frusano-chocolade. Deze aromatische compositie verleidt je om te proberen, te snacken en weg te geven.

- Verwen uzelf zonder fructose
- low FODMAP
- lactosevrij

Lactosevrije pralines met hazelnoten en wafel

Ingrediënten: 33% hazelnoten, volle **melk**chocolade (gedroogde glucosestroop, cacaoboter, **melk**poeder*, cacaomassa, puur **boter**vet, emulgator: zonnebloemlecithine, natuurlijk bourbon-vanille-aroma), pure chocolade (cacaomassa, gedroogde glucosestroop, cacaoboter, emulgator: zonnebloemlecithine, natuurlijk bourbon vanille-aroma), 5% wafel (**melk***, glucosestroop, **spelt**meel (tarwe), **boter***)* gemaakt van lactosevrije biologische volle **melk** (Kan sporen bevatten van **noten** en **soja**. >Wat betekent dit?)

Melkchocolade (cacao: minimaal 37%)

Pure chocolade (cacao: minimaal 58%)

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <0,5%, Kristalsuiker <3,0%, Druivensuiker 15%, Moutsuiker 3%.

Voedingswaardevermelding	per 100g
Energie	1604kJ/383kcal
Vetten	25g
waarvan verzadigde vetzuren	16g
Koolhydraten	32g
waarvan suikers	20g
Vezels	4,3g
Eiwitten	5,2g
Zout	0,15g

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Chocolade



Art.nr.: 4260137743966

Inhoud: 40 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Chocolade



Art.nr.: 4260137743010

Inhoud: 50 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Chocolade paashaas (volle melk)

Fructosevrije, biologische Paashaas van Frusano gemaakt van bio volle melkchocolade die in uw mond smelt en iedereen blij maakt tijdens de vakantie. Of het nu gaat om een fructose- of lactose-intolerantie, de Paashaas is het ideale cadeau voor Pasen.

- Natuurlijk genot zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- bio

Biologische lactosevrije volle melkchocolade

Ingrediënten: Bio gedehydrateerde glucosestroop, bio cacaoboter, bio gedroogde **melk**producten*, bio cacaomassa, bio geklaarde **boter**, emulgator: bio zonnebloemlecithinen, natuurlijk bio Bourbon vanille aroma *uit lactosevrije bio volle **melk**

(Kan sporen van **noten** en **soja** bevatten. -> zie info bladzijdes)

Cacaobestanddelen: 37% minimum

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <0,5%, Kristalsuiker <1,0%, Druivensuiker 21%, Moutsuiker 6%.

Voedingswaardevermelding	per 100g
Energie	2398kJ/573kcal
Vetten	39g
waarvan verzadigde vetzuren	25g
Koolhydraten	48g
waarvan suikers	35g
Vezels	2,5g
Eiwitten	6,7g
Zout	0,21g

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Volle melkchocolade minireepjes in Paaswikkel

Zachte biologische melkchocolade, uitsluitend gezoet met druivensuiker en moutsuiker. Deze mini's in vrolijke, frisse kleuren zijn precies op tijd voor Pasen. Verberg deze reepjes voor familie en vrienden of voor uzelf.

- Natuurlijk genot zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- bio

Lactosevrije bio volle melkchocolade

Ingrediënten: Bio gedehydrerde glucosestroop, bio cacaoboter, bio gedroogde **melk**producten*, bio cacaomassa, bio geklaarde **boter**, emulgator: bio zonnebloemlecithinen, natuurlijk bio Bourbon vanille aroma. *uit lactosevrije bio volle **melk**.

(Kan sporen van **noten** en **soja** bevatten.-> zie info bladzijdes)

Cacao: minstens 37%

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <0,5%, Kristalsuiker <1,0%, Druivensuiker 21%, Moutsuiker 6%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (12,5g)
Energie	2398kJ/573kcal	300kJ/72kcal
Vetten	39g	5g
waarvan verzadigde vetzuren	25g	3g
Koolhydraten	48g	6g
waarvan suikers	35g	4g
Vezels	2,5g	0,3g
Eiwitten	6,7g	0,8g
Zout	0,21g	0,03g

* Verpakking bevat 4 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Chocolade



Art.nr.: 4260137741900

Inhoud: 50 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Chocolade



Art.nr.: 4260137744352

Inhoud: 80 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Kerstboom donker

Onze kerstboom gemaakt van smeltende, veganistische Frusano pure chocolade zal de feestdagen voor iedereen zoet maken. Of je nu fructose-intolerant bent of lactose-intolerant, de kerstboom is het ideale cadeau voor Sinterklaas en Kerstmis. Ontdek de rijke smaken en het delicate karakter van onze pure chocolade.

- Natuurlijk genot zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan

Pure chocolade

Ingrediënten: cacaomassa, gedroogde glucosestroop, cacaoboter, emulgator: zonnebloemlecithinen, natuurlijk bourbon vanille aroma.

(Kan sporen bevatten van **noten**, **melk** en **soja**. -> zie info bladzijdes)

Cacao: minimaal 58%

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <0,5%, Kristalsuiker <1,0%, Druivensuiker 21%, Moutsuiker 6%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (10g)
Energie	2259kJ/540kcal	226kJ/54kcal
Vetten	37g	4g
waarvan verzadigde vetzuren	23g	2g
Koolhydraten	42g	4g
waarvan suikers	28g	3g
Vezels	9,6g	1,0g
Eiwitten	6,7g	0,7g
Zout	0,10g	0,01g

* Verpakking bevat 8 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Vadertje Kerstmis Volle Melk

Kleine kerstmannen of -vrouwen gemaakt van delicate biologische melkchocolade, uitsluitend geoet met dextrose en moutsuiker, in feestelijke kerstkleiding en ideaal geschenkformaat. Goed geschikt als kleine snack tussendoor, als kerstversiering of als vulling voor adventskalenders.

- Genieten zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- histaminvrij
- bio

Lactosevrije biologische volle melkchocolade

Ingrediënten: Gedroogde biologische glucosestroop, biologische cacaoboter, biologisch gedroogd melkproduct*, biologische cacaomassa, biologisch zuiver botervet, emulgator: biologische zonnebloemlecithinen, natuurlijk biologisch bourbon vanille aroma. *van lactosevrije biologische volle melk.

(Kan sporen bevatten van **noten** en **soja**. > Wat betekent dit?)

Cacao: minimaal 37%.

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <0,5%, Kristalsuiker <1,0%, Druivensuiker 21%, Moutsuiker 6%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (8g)
Energie	2398kJ/573kcal	192kJ/46kcal
Vetten	39g	3g
waarvan verzadigde vetzuren	25g	2g
Koolhydraten	48g	4g
waarvan suikers	35g	3g
Vezels	2,5g	0,2g
Eiwitten	6,7g	0,5g
Zout	0,21g	0,02g

* Verpakking bevat 9 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Chocolade



Art.nr.: 4260137744239

Inhoud: 72 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Zoetwaren



Art.nr.: 4260137741993

Inhoud: 100 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

My Bears

My Bears in de spannende smaken citroen, mango, sinaasappel, grapefruit, framboos en zwarte bes. Of je nu fietst, rent, klimt of in de sportschool bent - de plezierige beloning voor tussendoor.

- Natuurlijk genot zonder fructose
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan
- bio

Biologische gummibeertjes met fruitsmaak

Ingrediënten: Biologische glucosestroop, geleermiddel: pectine, biologische druivensuiker, zuurteregelaars (natriumtartraat, kaliumtartraat), zuurteregelaar: citroenzuur, natuurlijk citroenaroma, natuurlijk frambozensmaak, natuurlijk aalbessensmaak, natuurlijk grapefruitsmaak, natuurlijk sinaasappelaroma. Natuurlijk mango-aroma, kleurstof biologisch fruit en biologische plantenconcentraten (biologische wortel, biologische appel, biologische zwarte bes, biologische vlierbes, biologische zwarte wortel), natuurlijk biologisch kurkuma-aroma, coating: biologische carnaubawas.

Geschikt voor een fructosearm dieet: Fructose <0,5%, Kristalsuiker <0,5%, Druivensuiker 3%, Moutsuiker 49%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (10g)
Energie	1380kJ/330kcal	138kJ/33kcal
Vetten	0,2g	0,02g
waarvan verzadigde vetzuren	0,2g	0,02g
Koolhydraten	79g	7,9g
waarvan suikers	52g	5,2g
Vezels	2,2g	0,2g
Eiwitten	0g	0g
Zout	0,22g	0,022g

* Verpakking bevat 10 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Veganistische gummibeertjes

De veganistische Janosch beervrienden van Frusano zijn zonder gelatine. De tijdgereend, kikker en beer uit de Janosch-Panama-wereld bekoren niet alleen Janosch-fans met hun heerlijke smaak, maar ook liefhebbers van gummibeertjes over de hele wereld. Handig verpakt in een liefdevol vormgegeven Janosch zakje.

- Genieten zonder fructose
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan
- bio

Biologische gummibeertjes met fruitsmaak

Ingrediënten: Biologische glucosestroop, geleermiddel: pectine, biologische dextrose, zuurteregelaars (natriumtartraat, kaliumtartraat), zuurteregelaar: Citroenzuur, natuurlijke citroensmaak, natuurlijke frambozensmaak, natuurlijke rode bessensmaak, natuurlijke grapefruitsmaak, natuurlijke sinaasappelsmaak, natuurlijke mangosmaak, kleurstoffen biologisch fruit en biologische plantenconcentraten (biologische wortel, biologische appel, biologische zwarte bes, biologische zwarte wortel), natuurlijke biologische kurkuma smaak, glansmiddel: biologische carnaubawas.

Geschikt voor een fructosearm dieet: Fructose <0,5%, Kristalsuiker <0,5%, Druivensuiker 6%, Moutsuiker 46%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (10g)
Energie	1378kJ/329kcal	138kJ/33kcal
Vetten	<0,5g	<0,05g
waarvan verzadigde vetzuren	0,2g	0,02g
Koolhydraten	79g	7,9g
waarvan suikers	52g	5,2g
Eiwitten	0g	0g
Zout	0,22g	0,022g

* Verpakking bevat 5 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Zoetwaren



Art.nr.: 4260137743836

Inhoud: 50 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Zoetwaren



Art.nr.: 4260137741979

Inhoud: 50 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Filibeertjes

Onze biologische Fili gummibeertjes op basis van glucosestroop zoeten elke kleine onderbreking van het dagelijkse leven. De zoete beertjes in vijf smaken, citroen, framboos, sinaasappel, zwarte bes en pompelmoes, zorgen voor veel plezier op kinderfeestjes, uitstapjes of gewoon tussendoor.

- Genieten zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- bio

Gummibeertjes met biologische vruchtensmaak

Ingrediënten: biologische glucosestroop, biologische gelatine, zuurteregelaar: Citroenzuur, natuurlijke aroma's, natuurlijk biologisch kurkuma-*aroma*, natuurlijk citroensmaak, natuurlijk sinaasappelsmaak met andere natuurlijke aroma's, geconcentreerd biologisch zwart wortelsap, biologisch algenextract (*Spirulina platensis*), glansmiddel: biologische carnaubawas.

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <0,5%, Kristalsuiker <0,5%, Druivensuiker 4%, Moutsuiker 48%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (10g)
Energie	1430kJ/342kcal	143kJ/34kcal
Vetten	<0,5g	<0,05g
waarvan verzadigde vetzuren	0,2g	0,02g
Koolhydraten	76g	7,6g
waarvan suikers	52g	5,2g
Vezels	0g	0g
Eiwitten	6,6g	0,7g
Zout	0g	0g

* Verpakking bevat 5 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Kruidensnoepjes

Verzachtende milde zoetheid van mout- en druivensuiker, met het extract van 7 verschillende kruiden. De kruiden geven onze gezonde bio snoepjes hun voortreffelijke smaak, die als geheel aangenaam verfrissend is. Geniet van een snoepje, dat volledig uitkomt zonder suikervervangers en zoetstoffen.

- Natuurlijk genot zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan
- bio

Bio snoepjes met de smaak van kruiden

Ingrediënten: Bio glucosestroop (>Infos zu Glucosesirup), etherische oliën (bio salie, bio tijm, eucalyptus, bio pepermunt, venkel, bio anijs, zoethoutextract), menthol.

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <0,5%, Kristalsuiker <0,5%, Druivensuiker 4%, Moutsuiker 42%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (5g)
Energie	1329kJ/317kcal	66kJ/16kcal
Vetten	0g	0g
waarvan verzadigde vetzuren	0g	0g
Koolhydraten	78g	3,9g
waarvan suikers	46g	2,3g
Eiwitten	0g	0g
Zout	0g	0g

* Verpakking bevat 17 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Zoetwaren



Art.nr.: 4260137743935

Inhoud: 85 g

Frustrano - veel genot, weinig fructose

Zoetwaren



Art.nr.: 4260137743850

Inhoud: 85 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Citroensnoepjes

Onze bio pepermuntsnoepjes zijn rijk aan druivensuiker en totaal zonder kristalsuiker. De fructosevrije frisheid met snelle energie als extra. 14 druivensuiker snoepjes compact in een rolletje, ideaal om mee te nemen in je broekzak.

- Genieten zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan
- bio

Bio snoepjes met citroensmaak

Ingrediënten: Bio glucosestroop, voedingszuur: citroenzuur, 0,5% bio citroenolie, bio kurkuma-extract.

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <0,5%, Kristalsuiker <0,5%, Druivensuiker 7%, Moutsuiker 42%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (5g)
Energie	1635kJ/391kcal	82kJ/20kcal
Vetten	0g	0g
waarvan verzadigde vetzuren	0g	0g
Koolhydraten	96g	4,8g
waarvan suikers	56g	2,8g
Vezels	0g	0g
Eiwitten	0g	0g
Zout	0g	0g

* Verpakking bevat 17 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Sinaasappelsnoepjes

Klassieke sinaasappelsnoepjes, uitsluitend met druiven- en moutsuiker. In sommige delen van Duitsland als Gutsel of Gutsle bekend, in Oostenrijk het favoriete snoepje en in Zwitserland Guetzli - wij zeggen gewoon lekker tegen onze fruitige en fijn zure sinaasappelsnoepjes.

- Natuurlijk genot zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan
- bio

Bio snoepjes met sinaasappelsmaak

Ingrediënten: Bio glucosestroop, voedingszuur: citroenzuur, 0,5% bio citroenolie, bio kurkuma-extract.

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <0,5%, Kristalsuiker <0,5%, Druivensuiker 6%, Moutsuiker 42%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (5g)
Energie	1635kJ/391kcal	82kJ/20kcal
Vetten	0g	0g
waarvan verzadigde vetzuren	0g	0g
Koolhydraten	96g	4,8g
waarvan suikers	56g	2,8g
Vezels	0g	0g
Eiwitten	0g	0g
Zout	0g	0g

* Verpakking bevat 17 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Zoetwaren



Art.nr.: 4260137744024

Inhoud: 85 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Zoetwaren



Art.nr.: 4260137743867

Inhoud: 86 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Druivensuikerharten

Uw liefje van Frusano! En hoe kan het ook anders, het is volledig gemaakt van druivensuiker en daarom de ideale partner voor mensen met fructose-intolerantie. De zoet-fruitige hartjes in verschillende kleuren zijn snel opgesnoept, gelukkig bent u bij Frusano maar een klik verwijderd. Haal uw "perfecte match"!

- Genieten zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan

Druivensuiker tablet met fruitsmaak

Ingrediënten: 95% Druivensuiker, glucosestroop, voedingszuur: citroenzuur, glansmiddel: magnesiumzouten van vetzuren, kleurconcentraten (citroen, saffloer, kers, zoete aardappel, appel, radijs, zwarte bessensap, spirulina), natuurlijke aroma, 0,05% bosbessenpoeder, 0,05% citroenpoeder.

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <0,1%, Kristalsuiker <0,1%, Druivensuiker 87%, Moutsuiker 1%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (10g)
Energie	1557kJ/372kcal	156kJ/37kcal
Vetten	0,7g	0,07g
waarvan verzadigde vetzuren	0,7g	0,07g
Koolhydraten	90g	9,0g
waarvan suikers	88g	8,8g
Vezels	0g	0g
Eiwitten	0g	0g
Zout	0g	0g

* Verpakking bevat 9 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Bramensnoepjes

Voor onze bio bramensnoepjes gebruiken wij uitsluitend bio druivensuiker en vermijden kristalsuiker volledig. Met hun discrete bramensmaak brengen de 14 druivensuikersnoepjes ook onderweg weer energie in de dag.

- Genieten zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan
- bio

Ingrediënten: Bio gedroogde glucosestroop, 33% bio druivensuiker, bio palmvet, zuurmiddel citroenzuur, 0,1% bio vlierbespoeder, natuurlijk aroma: 0,1% bramen.

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <0,5%, Kristalsuiker <0,1%, Druivensuiker 94%, Moutsuiker 1%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (1,5g)
Energie	1632kJ/390kcal	24kJ/6kcal
Vetten	1,0g	0,02g
waarvan verzadigde vetzuren	0,9g	0,01g
Koolhydraten	95g	1,4g
waarvan suikers	95g	1,4g
Vezels	0g	0g
Eiwitten	0g	0g
Zout	0g	0g

* Verpakking bevat 14 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Zoetwaren



Art.nr.: 4260137742112

Inhoud: 21 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Zoetwaren



Art.nr.: 4260137741115

Inhoud: 21 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Pepermuntsnoepjes

Onze bio pepermuntsnoepjes zijn rijk aan druivensuiker en totaal zonder kristalsuiker. De fructosevrije frisheid met snelle energie als extra. 14 druivensuiker snoepjes compact in een rolletje, ideaal om mee te nemen in je broekzak.

- Verwen uzelf zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan
- bio

Ingrediënten: Bio gedroogde glucosestroop, 33% bio druivensuiker, bio palmvet, 0,3% natuurlijk aroma: pepermuntolie.

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <0,5%, Kristalsuiker <0,1%, Druivensuiker 96%, Moutsuiker 1%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (1,5g)
Energie	1663kJ/397kcal	25kJ/6kcal
Vetten	1,0g	0,02g
waarvan verzadigde vetzuren	0,9g	0,01g
Koolhydraten	97g	1,5g
waarvan suikers	97g	1,5g
Vezels	0g	0g
Eiwitten	0g	0g
Zout	0g	0g

* Verpakking bevat 14 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Janosch sinaasappel en citroen lolly's

De kleine beer en de kleine tijger delen op hun avontuur alles met elkaar. Dat verdubbelt namelijk het plezier. De nieuwe Janosch bio lolly's zijn hun lievelingsproviand en zijn alleen met mout- en druivensuiker gezoet. Met een berensterke sinaasappel - en citroenmaak.

- Genieten zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan
- bio

Bio lolly's met sinaasappel- en citroensmaak

Ingrediënten: Bio glucosestroop, voedingszuur: citroenzuur, 0,25% bio essentiële sinaasappelolie, 0,25% bio essentiële citroenolie, bio plantenextract (bio paprika, bio kurkuma).

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <0,5%, Kristalsuiker <0,5%, Druivensuiker 5%, Moutsuiker 41%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (10g)
Energie	1315kJ/314kcal	132kJ/31kcal
Vetten	0g	0g
waarvan verzadigde vetzuren	0g	0g
Koolhydraten	78g	7,8g
waarvan suikers	46g	4,6g
Vezels	0g	0g
Eiwitten	0g	0g
Zout	0g	0g

* Verpakking bevat 6 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Zoetwaren



Art.nr.: 4260137743027

Inhoud: 60 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Snacks



Art.nr.: 4260137742051

Inhoud: 40 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Eiwitreep met chai latte smaak

Sportief en vol energie - door mout- en druivensuiker uit onze biologische eiwitreep. We combineren de beste biologische kwaliteit met veel belangrijke eiwitten en snel beschikbare energie. Onze lactosevrij biologische eiwitreep met de trendy chai latte smaak is een perfecte snack voor, tijdens en na het sporten.

- Natuurlijk genot zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan
- bio

Bio eiwitreep met chai latte smaak

Ingrediënten: Bio glucosestroop, bio **soja** eiwit isolaat, bio pure chocolade (bio cacaomassa, droge bio glucosestroop, bio cacaoboter, emulgator: bio zonnebloemlecithine, natuurlijk bio Bourbon vanille aroma), bio volkoren rijstcrispies, bio kokosolie, 0,3% bio gemberpoeder, bio kruiden (bevat **mosterd**), bio kurkumapoeder, 0,07% bio kaneel, bio zwarte peper.

(Kan sporen van kippen**eiwit** en **noten** bevatten. -> zie info bladzijdes)

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <1,0%, Kristalsuiker <1,0%, Druivensuiker 12%, Moutsuiker 11%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (40g)
Energie	1734kJ/414kcal	694kJ/166kcal
Vetten	14g	5,6g
waarvan verzadigde vetzuren	9,9g	4,0g
Koolhydraten	51g	20,4g
waarvan suikers	25g	10,0g
Vezels	1,0g	0,4g
Eiwitten	22g	8,8g
Zout	0,07g	0,028g

* Verpakking bevat 1 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Mueslireep met pure chocolade

De nieuwe knapperige energieleverancier van Frusano, of bij het sporten, in de vrije tijd of als kleine snack tussendoor! De lekkere glutenvrije graansoorten boekweit, amarant, gierst en quinoa verenigd in een mueslireep 'to go', gepaard met onze geliefde lactosevrije bio chocolade.

- Natuurlijk genot zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan
- bio

Bio mueslireep met bio pure chocolade

Ingrediënten: Bio glucosestroop, 14% bio pure chocolade (bio cacaomassa, bio gedehydrerde glucosestroop, bio cacaoboter, emulgator: bio zonnebloemlecithinen, natuurlijk bio bourbon vanille aroma.), bio volkoren rijstcrispies, bio **amandelen**, bio boekweit, bio amarantzaden gepoft, bio gierst, bio kokosrasp.

(Kan sporen van **ei**, **soja**, **melk** en andere **noten** bevatten. -> zie info bladzijdes)

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <0,5%, Kristalsuiker <1,5%, Druivensuiker 13%, Moutsuiker 12%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (40g)
Energie	1703kJ/407kcal	681kJ/163kcal
Vetten	14g	5,6g
waarvan verzadigde vetzuren	6,4g	2,6g
Koolhydraten	62g	24,8g
waarvan suikers	26g	10,4g
Vezels	2,9g	1,2g
Eiwitten	6,0g	2,4g
Zout	0,02g	0,008g

* Verpakking bevat 1 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Snacks



Art.nr.: 4260137742013

Inhoud: 40 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Snacks



Art.nr.: 4260137743515

Inhoud: 225 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Choco balls

Bio choco balls - ontbijtplezier bij Frusano! We combineerden glutenvrije ontbijtgranen met druivensuiker en cacao. Ze zijn bijzonder knapperig en chocoladeachtig en maken elk ontbijt zoet voor jong en oud. Afhankelijk van je stemming kunnen onze Choco Balls prima gecombineerd worden met onze andere ontbijtgranen. Kom langs en stel uw favoriete combinatie samen.

- Natuurlijk genot zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan
- bio

Knapperige bio maisontbijtgranen met bio cacaopoeder

Zutaten: 68% Bio maismeel, gedroogde bio glucosestroop, 6% bio cacaopoeder, zeezout.
(Kann Spuren von **melk** enthalten. >Was bedeutet das?)

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <1,0%, Kristalsuiker <1,0%, Druivensuiker 23%, Moutsuiker 1%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (70g)
Energie	1574kJ/376kcal	1102kJ/263kcal
Vetten	2,2g	1,5g
waarvan verzadigde vetzuren	1,0g	0,7g
Koolhydraten	77g	54g
waarvan suikers	24g	17g
Vezels	5,7g	4,0g
Eiwitten	7,9g	5,5g
Zout	0,25g	0,18g

* Verpakking bevat 3 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Rijstwafel met pure chocolade

Lichte en luchtige rijstwafels met de fijnste pure Frusano-chocolade – alleen gezoet met druivensuiker en moutsuiker. Ze zijn dus niet alleen lactosevrij, maar ook veganistisch en glutenvrij en bieden je puur, onvervalst genot voor tussendoor. De combinatie van gepofte volkoren rijst en aromatische pure chocolade biedt net dat beetje extra.

- Genieten zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan
- bio

Bio rijstwafel met bio pure chocolade

Ingrediënten: 50% Bio Zilvervliesrijst, 50% bio pure chocolade (bio cacaomassa, bio gedehydrateerde glucosestroop.

(Kan sporen van **soja, melk, sesamzaad** en andere **noten** bevatten. -> zie info bladzijdes)

Cacao: minstens 58%

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <1,0%, Kristalsuiker <3,0%, Druivensuiker 10%, Moutsuiker 3%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (50g)
Energie	1937kJ/463kcal	969kJ/231kcal
Vetten	20g	10,0g
waarvan verzadigde vetzuren	12g	6,0g
Koolhydraten	60g	30,0g
waarvan suikers	14g	7,0g
Vezels	6,8g	3,4g
Eiwitten	7,5g	3,8g
Zout	0,06g	0,030g

* Verpakking bevat 2 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Snacks



Art.nr.: 4260137743911

Inhoud: 100 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Bakproducten



Art.nr.: 4260137743782

Inhoud: 140 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Glutenvrij dubbel koekje

Chocoladeachtige, zoete crème vulling tussen twee knapperige, glutenvrije koekhelften - alleen gezoet met mout- en druivensuiker. Dat samen resulteert in ons klassieke dubbele koekje volledig zonder gluten, tarwe en kristalsuiker! Afgestemd op uw wensen en absoluut heerlijk.

- Genieten zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan
- bio

Bio sandwichkoekje met 27% cacaocrèmevulling

Ingrediënten: Bio rijstmeel, 27% bio cacaocrème (gedroogde bio glucosestroop, bio kokosvet, 6% vetarm bio cacaopoeder, bio zonnebloemolie, emulgator: bio zonnebloemlecithinen), bio glucosestroop, bio maïszetmeel, bio kokosvet, bio maïsmee, bio rijstzetmeel, bio zonnebloemolie, rijsmiddel (natriumwaterstofcarbonaat, ammoniumcarbonaten), natuurlijk bio vanillearoma, emulgator: bio zonnebloemlecithinen, zeezout, verdikkingsmiddel: xanthaangom.

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <2,5%, Kristalsuiker <1,0%, Druivensuiker 20%, Moutsuiker 4%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (1 koekje=15,5g)
Energie	2017kJ/482kcal	313kJ/75kcal
Vetten	20g	3,1g
waarvan verzadigde vetzuren	16g	2,5g
Koolhydraten	72g	11,2g
waarvan suikers	27g	4,2g
Vezels	0,8g	0,1g
Eiwitten	3,3g	0,5g
Zout	0,52g	0,081g

* Verpakking bevat 9 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Spelt sandwichkoekje

Extra romige cacaovulling, super chocoladesmaak en zoals altijd alleen gezoet met mout en dextrose! Het beste van Frusano tussen twee knapperige, heerlijke koekjeshelften. In één keer of in twee helften apart gegeten, het dubbele koekje van Frusano overtuigt iedereen – zelfs prinsen!

- Genieten zonder fructose
- low FODMAP
- lactosevrij
- vegan
- bio

Biologisch spelt dubbel koekje met 30% cacaoroomvulling

Ingrediënten: 42% biologisch **speltmeel***, gedroogde biologische glucosestroop, biologisch plantaardig vet (palm), 3,4% vetarm biologisch cacao-poeder, rijsmiddel: natriumwaterstofcarbonaat, zeezout, natuurlijk vanillearoma, emulgator: biologische zonnebloemlecithinen.

*één **soort tarwe**

(Kan sporen bevatten van **ei, noten, melk** en **soja**.-> zie info bladzijdes)

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <2,5%, Kristalsuiker <1,0%, Druivensuiker 20%, Moutsuiker 4%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (1 koekje=13g)
Energie	2108kJ/503kcal	274kJ/65kcal
Vetten	25g	3,3g
waarvan verzadigde vetzuren	12g	1,6g
Koolhydraten	62g	8,1g
waarvan suikers	25g	3,3g
Vezels	3,2g	0,4g
Eiwitten	6,1g	0,8g
Zout	0,38g	0,049g

* Verpakking bevat 8 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Bakproducten



Art.nr.: 4260137741788

Inhoud: 103 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Bakproducten



Art.nr.: 4260137741580

Inhoud: 120 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Spelt boterkoekjes

"Knibbel, knabbel, knuisje - wie knabbelt er aan lactosevrije spelt boterkoekjes?" Ook sprookjes worden moderner en bij Frusano soms ook werkelijkheid. Geniet van onze boterkoekjes, alleen met de zoetheid uit druivensuiker en moutsuiker, lactosevrij en zonder kristalsuiker.

- Genieten zonder fructose
- low FODMAP
- lactosevrij
- histaminvrij
- bio

Ingrediënten: 63% Bio **spelt**meel*, bio glucosestroop, 13% bio geklaarde **boter**, bio compleet ei-poeder, rijsmiddel: natriumwaterstofcarbonaat, natuurlijk vanille aroma.

*een soort **tarwe**

(Kan sporen van **noten** en **soja** bevatten. -> zie info bladzijdes)

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <2,0%, Kristalsuiker <1,0%, Druivensuiker 14%, Moutsuiker 5%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (1 koekje=10g)
Energie	1908kJ/456kcal	191kJ/46kcal
Vetten	15g	1,5g
waarvan verzadigde vetzuren	8,8g	0,9g
Koolhydraten	70g	7,0g
waarvan suikers	21g	2,1g
Vezels	3,6g	0,4g
Eiwitten	7,9g	0,8g
Zout	0,10g	0,010g

* Verpakking bevat 12 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Brownies bakmix

Genieten van een chocolade brownie - snel en gemakkelijk te bereiden en alleen gezoet met mout- en druivensuiker. De glutenvrije Frusano brownies kunnen snel gebakken en geserveerd worden. Of het nu gaat om een spontaan bezoek van vrienden, een familiefeest of een kleine snack tussendoor. Afhankelijk van of de brownies veganistisch of lactosevrij gemaakt moeten worden, zijn er verschillende soorten bereidingen te vinden op de verpakking. De chocoladebrownies worden bijzonder sappig door de toevoeging van een reep Frusano pure chocolade. Gewoon fijn hakken, toevoegen aan het beslag en bakken. Klaar..

- Verwen uzelf zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan
- bio

Bio brownies bakmix gemaakt van donker beslag

Ingrediënten: Gedroogde bio glucosesiroop, bio rijstmeel, 9% bio cacao poeder, verdikkingsmiddel: bio johannesbroodpitmeel, zeezout. Kan sporen van **noten, soja** en **sesam bevatten**

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <0,5%, Kristalsuiker <0,5%, Druivensuiker 41%, Moutsuiker 2%.

Voedingswaardevermelding	per 100g
Energie	1605kJ/383kcal
Vetten	1,6g
waarvan verzadigde vetzuren	0,8g
Koolhydraten	83g
waarvan suikers	43g
Vezels	4,1g
Eiwitten	5,9g
Zout	0,17g

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Bakproducten



Art.nr.: 4260137743829

Inhoud: 460 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Bakproducten



Art.nr.: 4260137743843

Inhoud: 225 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Pannenkoeken bakmix

Luchtige pannenkoeken van Frusano - snel en gemakkelijk te bereiden. Reeds met mout- en druivensuiker vermengd, kunnen de glutenvrije pannenkoeken worden bereid en opgesmuld worden. Of het nu als ontbijt of als zoete snack is, de lactosevrije pannenkoeken overtuigen iedereen met hun luchtigheid. Afhankelijk van of de pannenkoeken vegan of lactosearm bereid moeten worden, zijn er verschillende soorten bereidingen te vinden op de verpakking. De pannenkoeken zijn bijzonder lekker met de Frusano rijststroop of een heerlijke Frusano vruchtenjam als topping.

- Genieten zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan
- bio

Biologische pannenkoeken bakmix

Ingrediënten: bio rijstmeel, gedroogde bio glucosestroop, bio tapiocazetmeel, bio gierstmeel, bakpoeder (rijsmiddel: natriumwaterstofcarbonaat, zuurteregelaar: monokaliumtartraat, bio maïszetmeel), gemalen bio psylliumschillen, zeezout. (Kan sporen van **noten** en sesam **bevatten**. -> zie info bladzijdes)

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <0,5%, Kristalsuiker <0,5%, Druivensuiker 18%, Moutsuiker 1%.

Voedingswaardevermelding	per 100g
Energie	1548kJ/370kcal
Vetten	0,8g
waarvan verzadigde vetzuren	0,3g
Koolhydraten	82g
waarvan suikers	19g
Vezels	2,0g
Eiwitten	5,5g
Zout	1,0g

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Mini wafels

Biologische speltwafels van Frusano, gezoet met mout en dextrose. Een heerlijk zacht en sappig tussendoortje op geniet er meteen van voor het hele gezin. De lactosevrije wafels van speltmeel smaken bijzonder goed kort opgewarmd in de broodrooster. Een zoete verleiding is gegarandeerd.

- Verwen uzelf zonder fructose
- low FODMAP
- lactosevrij
- bio

Bio speltwafels

Ingrediënten: 39% Bio **speltmeel***, bio glucosestroop, bio plantaardige oliën en vetten (palm, zonnebloem), bio **eieren**, bio zetmeel, bio **sojameel**, natuurlijk bio vanillearoma, zeezout, emulgator: bio **sojalecithinen**, rijsmiddelen (calciumfosfaat, natriumcarbonat), bio citroensap, zuurteregelaar: citroenzuur

*een **tarwesort**

(Kan sporen bevatten van **melk**. -> zie info bladzijdes).

Geschikt voor een fructosearm dieet want

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <1,0%, Kristalsuiker <3,0%, Druivensuiker 16%, Moutsuiker 4%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (25g)
Energie	1836kJ/439kcal	459kJ/110kcal
Vetten	21g	5,3g
waarvan verzadigde vetzuren	9,7g	2,4g
Koolhydraten	54g	13,5g
waarvan suikers	23g	5,8g
Vezels	2,8g	0,7g
Eiwitten	7,0g	1,8g
Zout	0,83g	0,21g

* Verpakking bevat 6 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Bakproducten



Art.nr.: 4260137744109

Inhoud: 150 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Vanillepuddingpoeder

Alles in één – vanillepuddinggenot, kant-en-klaar gemengd met Frusano bio maïssuiker. In een handomdraai gekookt, tovert de subtiele zoetheid van de in de bio maïssuiker aanwezige mout- en druivensuiker een pudding klassieker, die elke fan van pudding in de hemel laat zweven.

- Genieten zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan
- bio

Bio vanillepuddingpoeder met bio gedroogde glucosestroop

Ingrediënten: 51% Bio gedroogde glucosestroop, bio maïszetmeel, 1,1% natuurlijk vanille aroma, zeezout, bio kurkuma.

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <0,5%, Kristalsuiker <0,1%, Druivensuiker 9%, Moutsuiker 1%.

Voedingswaardevermelding	per 100g
Energie	391kJ/93kcal
Vetten	1,3g
waarvan verzadigde vetzuren	0,9g
Koolhydraten	20g
waarvan suikers	12g
Vezels	0,1g
Eiwitten	2,9g
Zout	0,04g

Met lactosevrije melk (1,5% vet) bereide product. Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Desserts



Art.nr.: 4260137742105

Inhoud: 180 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Desserts



Art.nr.: 4260137744055

Inhoud: 400 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Vanillepudding

Biologische vanillepudding van Frusano, gezoet met mout en dextrose. Heerlijk romig en houdbaar zonder koeling – open en geniet onmiddellijk. De milde zoetheid harmonieert perfect met de delicate vanillesmaak. Deze lactosevrije pudding is een traktatie voor grote en kleine fijnproevers.

- Natuurlijk genot zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- bio

Lactosevrij biologisch melkdessert met vanille

Ingrediënten: 77% lactosevrije biologische volle melk, biologische maïssiroop, biologisch maïszetmeel, biologische zonnebloemolie, verdikkingsmiddel: (0,6% carrageen, 0,12% biologische guarpittmeel) natuurlijke biologische vanille smaak, zeezout

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <1,0%, Kristalsuiker <1,5%, Druivensuiker 9%, Moutsuiker 5%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (100g)
Energie	558kJ/133kcal	558kJ/133kcal
Vetten	3,5g	3,5g
waarvan verzadigde vetzuren	1,9g	1,9g
Koolhydraten	23g	23g
waarvan suikers	16g	16g
Vezels	0,5g	0,5g
Eiwitten	2,2g	2,2g
Zout	0,10g	0,10g

* Verpakking bevat 4 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Chocoladepudding

Biologische chocoladepudding van Frusano, gezoet met mout en dextrose . Heerlijk romig en zonder koeling houdbaar - openen en direct genieten. De milde zoetheid onderstreept de sterke smaak van biologische cacao van hoge kwaliteit. Deze lactosevrije pudding is een traktatie voor grote en kleine fijnproevers.

- Genieten zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- bio

Lactosevrij biologisch melk dessert met cacao

Ingrediënten: 75% lactosevrije biologische **volle** melk, biologische maïssirop, 3,5% biologische cacao, biologisch maïszetmeel, verdikkingsmiddel: (0,7% carrageen, 0,12% biologische guarpitmeel), natuurlijke biologische cacao smaak, zeezout

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <1,0%, Kristalsuiker <1,5%, Druivensuiker 8%, Moutsuiker 5%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (100g)
Energie	549kJ/131kcal	549kJ/131kcal
Vetten	3,6g	3,6g
waarvan verzadigde vetzuren	2,4g	2,4g
Koolhydraten	21g	21g
waarvan suikers	13g	13g
Vezels	0,7g	0,7g
Eiwitten	3,1g	3,1g
Zout	0,10g	0,10g

* Verpakking bevat 4 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Desserts



Art.nr.: 4260137743959

Inhoud: 400 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Zoeten & siroop



Art.nr.: 4260137744154

Inhoud: 8 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Vanillesuiker

De fijne aroma's van vanille ontmoeten de fijnkorrelige, gedroogde glucosestroop gemaakt van biologische mais. Ideaal om mee te bakken, hét alternatief voor kristalsuiker en druivensuiker, speciaal voor mensen met fructose-intolerantie. Onze vanillesuiker verrijkt elk dessert!

- Verwen uzelf zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan
- bio

Vanillesuiker gemaakt van gedroogde biologische glucosestroop gemaakt van biologische maïs

Ingrediënten: Gedroogde biologische glucosestroop, 6,25% gemalen biologische vanille

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <0,5%, Kristalsuiker <0,5%, Druivensuiker 83%, Moutsuiker 5%.

Voedingswaardevermelding	per 100g
Energie	1685kJ/402kcal
Vetten	0,8g
waarvan verzadigde vetzuren	<0,1g
Koolhydraten	97g
waarvan suikers	90g
Vezels	0g
Eiwitten	<0,5g
Zout	0,03g

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Graansuiker uit maïs

Fijnkorrelige gedroogde glucosestroop uit bio maïs. Hét alternatief voor kristalsuiker en druivensuiker, speciaal voor mensen met fructose-intolerantie.

- Genieten zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan
- bio

In de meeste recepten kan maïssuiker van Frusano 1:1 als kristalsuiker gebruikt worden, het resultaat is een beetje minder zoet. Frusano graansuiker (maïszoetheid) bestaat net als druivensuiker overwegend uit glucose, heeft echter een duidelijk geringer watergehalte.

Achtergrond: druivensuiker (dextrose) in poedervorm bevat een zogenaamd kristalwateraandeel van maximaal 10%, die in de kristalstructuur van de dextrose gebonden is. Het water komt vrij als de dextrose gaat oplossen, bijvoorbeeld in een cakebeslag. Dat is de reden waarom vaak het bericht verschijnt dat druivensuiker deeg en snoepjes vloeibaarder maken. Frusano graansuiker bevat geen kristalwater en gedraagt zich bij het bakken zoals kristalsuiker en is bovendien glutenvrij.

Gedroogde bio glucosestroop van bio maïs

Ingrediënten: Bio gedroogde glucosestroop.

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <0,5%, Kristalsuiker <0,5%, Druivensuiker 91%, Moutsuiker 5%.

Voedingswaardevermelding	per 100g
Energie	1683kJ/402kcal
Vetten	0g
waarvan verzadigde vetzuren	0g
Koolhydraten	99g
waarvan suikers	97g
Vezels	0g
Eiwitten	0g
Zout	0g

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Zoeten & siroop



Art.nr.: 4260137741719

Inhoud: 250 g

Frusano - veel genot, weinig fructose



Art.nr.: 4260137740033

Inhoud: 0.3 l

Frusano - veel genot, weinig fructose

Gekruide Ketchup Kerrie

Heerlijke biologische gekruide ketchup met kerrie, alleen gezoet met glucose. Vergeleken met gewone gekruide ketchup bevat onze Frusano Ketchup met kerrie veel minder kristalsuiker, maar aanzienlijk meer glucose - de resterende fructose is uitsluitend afkomstig van de tomaten. De praktische knijpfles maakt het zeer gemakkelijk om te doseren en is de ideale aanvulling op onze biologische barbecuesaus.

- Genieten zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan
- bio

Biologische Gekruide Ketchup Curry

Ingrediënten: Biologische tomatenpuree (210g voor 100g ketchup), water, gedroogde biologische glucosestroop, biologische brandewijnazijn, tafelzout, 1,7% biologische kerrie-poeder, biologisch Citroensapconcentraat, biologische kruidenmix.

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <3,0%, Kristalsuiker <0,5%, Druivensuiker 23%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (20g)
Energie	580kJ/139kcal	116kJ/28kcal
Vetten	0,3g	0,06g
waarvan verzadigde vetzuren	0g	0g
Koolhydraten	30g	6,0g
waarvan suikers	28g	5,6g
Vezels	2,4g	0,5g
Eiwitten	1,9g	0,4g
Zout	2,1g	0,4g

* Verpakking bevat 17 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Ketchup

Lekkere, kruidige bio tomatenketchup, alleen met bio druivensuiker gezoet. Tegenover normale ketchup bevat onze Frusano ketchup veel minder kristalsuiker, maar aanzienlijk meer druivensuiker - de aanwezig fructose komt uitsluitend uit de tomaten. Door de praktische knijpfles vrij precies te doseren.

- Verwen uzelf zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan
- bio

Bio ketchup

Ingrediënten: Bio tomatenmerg (210g tomaten voor 100g ketchup), drinkwater, bio glucosestroop, bio brandewijnazijn, tafelzout, bio concentraat van citroensap, bio kruidenmix.

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <3,0%, Kristalsuiker <0,5%, Druivensuiker 23%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (20g)
Energie	566kJ/135kcal	113kJ/27kcal
Vetten	0g	0g
waarvan verzadigde vetzuren	0g	0g
Koolhydraten	30g	6,0g
waarvan suikers	27g	5,4g
Vezels	1,7g	0,3g
Eiwitten	1,7g	0,3g
Zout	2,4g	0,5g

* Verpakking bevat 17 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Fijne keuken



Art.nr.: 4260137743126

Inhoud: 0.3 l

Frusano - veel genot, weinig fructose

Fijne keuken



Art.nr.: 4260137741825

Inhoud: 180 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Mosterd

Onze bio mosterd met druivensuiker is lactosevrij, glutenvrij alsook vegan. De geslaagde combinatie uit de milde scherpeheid van de mosterd met een subtiele zoetheid uit druivensuiker smaakt altijd: in sauzen alsook bij deftige gerechten of klassiek als dip tijdens grillavonden met familie en vrienden.

- Genieten zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan
- bio

Middelscherpe bio mosterd

Ingrediënten: Water, 20% bio **mosterdzaad**, bio azijn, tafelsout, 1% bio dextrose (>Info over glucosestroop), bio kruiden.

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <0,5%, Kristalsuiker <1,5%, Druivensuiker 1%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (20g)
Energie	438kJ/105kcal	88kJ/21kcal
Vetten	5,8g	1,2g
waarvan verzadigde vetzuren	0,3g	0,06g
Koolhydraten	6,7g	1,3g
waarvan suikers	3,9g	0,8g
Eiwitten	5,0g	1,0g
Zout	2,6g	0,5g

* Verpakking bevat 9 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Sladressing met kruiden

Heerlijk licht en romig, afgerond met de milde zoetheid van druivensuiker, is onze biologische sladressing niet alleen overtuigend voor fructose-intolerantie. Verschillende kruiden zorgen voor de bijzondere frisse smaak. De lactosevrije en veganistische dressing is een goede keuze voor elke salade.

- Genieten zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan
- bio

Biologische saladedressing met kruiden

Ingredienten: Drinkwater, biologische zonnebloemolie, biologische brandewijnazijn, gedroogde biologische glucosestroop, biologische **mosterd**, (water, biologische **mosterdzaden**, biologische brandewijnazijn, keukenzout, gedroogde biologische glucosestroop, biologische gemengde kruiden), biologisch rijstzetmeel, tafelsuiker, 0,8% biologische kruiden, biologisch aardappelzetmeel, biologisch maïsmeel, biologisch zoete **lupinemeel**, biologisch ontolied lijnzaad, biologisch zonnebloem eiwit, biologisch citroensap concentraat, biologisch johannesbroodmeel.

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <1,0%, Kristalsuiker <1,0%, Druivensuiker 6%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (20g)
Energie	1376kJ/329kcal	275kJ/66kcal
Vetten	32g	6,4g
waarvan verzadigde vetzuren	3,8g	0,8g
Koolhydraten	10g	2,0g
waarvan suikers	7,5g	1,5g
Vezels	0g	0g
Eiwitten	0,4g	0,08g
Zout	1,6g	0,3g

* Verpakking bevat 13 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Fijne keuken



Art.nr.: 4260137740095

Inhoud: 0.25 l

Frusano - veel genot, weinig fructose

Fijne keuken



Art.nr.: 4260137742228

Inhoud: 0.25 l

Frusano - veel genot, weinig fructose

Barbecuesaus

De perfecte aanvulling op ketchup, mosterd en mayonaise, onze glutenvrije, lactosevrije bio barbecuesaus – alleen met mout- en druivensuiker gezoet. De ietwat scherpe rokerigheid, gepaard met de frisheid van de tomaten, maakt de Frusano smaakversterker tot een absolute must-have voor het volgende barbecue feestje – zonder uien en knoflook. De saus wordt met creativiteit, knowhow en vaardigheid exclusief met de hand gemaakt. De resterende fructose is uitsluitend afkomstig van de tomaten.

evenals.

- Verwen uzelf zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan
- bio

Bio barbecuesaus

Ingrediënten: Bio glucosestroop, 26% bio tomatenmerg, 15% bio schil tomaten, bio appelazijn, gerookte zout, bio gember, bio zonnebloemolie, gerookte bio paprika, bio peper.

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <3,0%, Kristalsuiker <0,5%, Druivensuiker 23%, Moutsuiker 7%.

Voedingswaardevermelding	per 100ml	per portie* (20ml)
Energie	785kJ/188kcal	157kJ/38kcal
Vetten	0g	0g
Koolhydraten	38g	7,6g
waarvan suikers	31g	6,2g
Vezels	0g	0g
Eiwitten	2,1g	0,4g
Zout	3,0g	0,6g

* Verpakking bevat 13 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Noten-nougat crème

Hoogwaardige biologische hazelnoten en uitsluitend gezoet met dextrose en moutsuiker: dit is pure verwennerij die op geen enkele ontbijttafel mag ontbreken! De lactosevrije melkpoeder maakt deze hazelnootpasta bijzonder romig en smeerbaar. Wij hechten er bijzonder belang aan dat de gebruikte biologische palmolie niet alleen biologisch is, maar ook RSPO gecertificeerd. Dit garandeert dat de palmolie voor ons broodbeleg van de beste biologische kwaliteit is en dat het regenwoud behouden blijft.

- Verwen uzelf zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactose-arm
- bio

Ingrediënten: Gedroogde biologische glucosestroop, biologische plantaardige oliën (biologische palmolie, biologische zonnebloemolie), 12% biologische hazelnoten, lactosevrij biologisch volle melkpoeder, magere biologische cacao-poeder, emulgator: biologische lecithinen, biologisch vanille-extract.

(Kan sporen van **pinda's** en **soja** bevatten. -> zie info bladzijdes)

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <0,5%, Kristalsuiker <3,0%, Druivensuiker 44%, Moutsuiker 2%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (15g)
Energie	2414kJ/577kcal	362kJ/86kcal
Vetten	39g	5,9g
waarvan verzadigde vetzuren	11g	1,7g
Koolhydraten	50g	7,5g
waarvan suikers	48g	7,2g
Vezels	3,0g	0,5g
Eiwitten	4,9g	0,7g
Zout	0,07g	0,01g

* Verpakking bevat 13 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Voor op het brood



Art.nr.: 4260137741948

Inhoud: 200 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Voor op het brood



Art.nr.: 4260137741870

Inhoud: 200 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Hazelnootpasta vegan

Onze exclusieve noten-nougatpasta gemaakt van geselecteerde biologische hazelnoten - nu in een nieuw design en met een geoptimaliseerd recept. De romige consistentie en de verleidelijke smaak van de fijne hazelnoten zorgen voor het perfecte noten-chocoladeontbijt of de ideale snack tussendoor. Of het nu op brood is of voor het vullen van pannenkoeken, gebak en co., de pasta slaat overal een goed figuur. De vegan biologische noten nougatpasta wordt natuurlijk goed verdragen door mensen met lactose-intolerantie en is ook glutenvrij.

Helemaal geen palmolie, alleen pure biologische zonnebloemolie van duurzame biologische teelt.

- Verwen uzelf zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan
- bio

Biologische noten nougat crème

Ingrediënten: bio dextrose, biologische zonnebloemolie, 16% bio **hazelnootpasta**, bio rijstmeel, 7% vetarm biologisch cacaopoeder, biologische glucosestroop, bio maltodextrine, biologische cacaoboter, emulgator: biologische zonnebloemlecithines, biologische bourbon vanille extract. (Kan sporen van andere **noten** bevatten. -> zie info bladzijdes)

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <0,5%, Kristalsuiker <3,0%, Druivensuiker 23%, Moutsuiker 2%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (15g)
Energie	2370kJ/566kcal	356kJ/85kcal
Vetten	38g	6g
waarvan verzadigde vetzuren	5,6g	0,8g
Koolhydraten	49g	7g
waarvan suikers	27g	4g
Vezels	5,0g	0,8g
Eiwitten	5,3g	0,8g
Zout	0,10g	0,02g

Aardbei-rabarber vruchtenjam

Een heerlijke combinatie uit verleidelijke aardbeien en rabarber, rijk aan druivensuiker en moutsuiker en zonder kristalsuiker. Geniet van de fluweelachtig zachte consistentie zonder pitten en zonder stukjes.

- Verwen uzelf zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan
- bio



Ingrediënten: Bio glucosestroop, 24% bio aardbeien, 16% bio rabarber, bio druivensuiker, geleermiddel: pectine.

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <1,5%, Kristalsuiker <0,5%, Druivensuiker 16%, Moutsuiker 14%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (10g)
Energie	839kJ/200kcal	84kJ/20kcal
Vetten	0g	0g
waarvan verzadigde vetzuren	0g	0g
Koolhydraten	49g	4,9g
waarvan suikers	31g	3,1g
Vezels	0,8g	0,08g
Eiwitten	0g	0g
Zout	0g	0g

* Verpakking bevat 24 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Voor op het brood



Art.nr.: 4260137741603

Inhoud: 235 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Voor op het brood



Art.nr.: 4260137741542

Inhoud: 235 g

Rabarber vruchtenjam

Onze bio rabarber vruchtenjam is vooral aan te bevelen tijdens de zwangerschapsfase, omdat rabarber van nature weinig fructose bevat. De aangename bittere smaak van rabarber past goed bij de milde zoetheid van moutsuiker en druivensuiker, waardoor er een prachtig aromacompositie ontstaat. Rabarber wordt botanisch gezien als groente maar meestal als fruit bereid. Zo ook bij Frusano. Probeer onze bio rabarberjam niet alleen 's morgens op het brood, maar bijvoorbeeld ook in een dessert.

- Natuurlijk genot zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan
- bio

Ingrediënten: Bio glucosestroop, 40% bio rabarber, bio druivensuiker, geleermiddel: pectinen.

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <0,5%, Kristalsuiker <0,5%, Druivensuiker 16%, Moutsuiker 15%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (10g)
Energie	821kJ/196kcal	82kJ/20kcal
Vetten	0g	0g
waarvan verzadigde vetzuren	0g	0g
Koolhydraten	48g	4,8g
waarvan suikers	31g	3,1g
Vezels	0,8g	0,08g
Eiwitten	0,3g	0,03g
Zout	0g	0g

* Verpakking bevat 24 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Frusano - veel genot, weinig fructose

Rode ribessen vruchtenjam

Kleine, rode ribessen gezoet met druivensuiker en moutsuiker in een fris-zure jam, totaal zonder pit. Daarbij glutenvrij en zoals alle jamsorten vegan. Met onze bio rode ribessenjam bieden wij u het zoet-zure alternatief voor traditionele jam.

- Genieten zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- histaminvrij
- vegan
- bio

Ingrediënten: Bio glucosestroop, 40% rode bio ribessen, bio druivensuiker, geleermiddel: pectinen.

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <2,0%, Kristalsuiker <0,5%, Druivensuiker 16%, Moutsuiker 17%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (10g)
Energie	867kJ/207kcal	87kJ/21kcal
Vetten	0g	0g
waarvan verzadigde vetzuren	0g	0g
Koolhydraten	50g	5,0g
waarvan suikers	34g	3,4g
Vezels	1,6g	0,2g
Eiwitten	0,5g	0,05g
Zout	0g	0g

* Verpakking bevat 24 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Voor op het brood



Art.nr.: 4260137741535

Inhoud: 235 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Voor op het brood



Art.nr.: 4260137741573

Inhoud: 235 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Frambozen vruchtenjam

Veel druivensuiker en moutsuiker en geen kristalsuiker – dat zijn de jamsoorten van Frusano. Geniet van uw ochtendbroodje of yoghurt 's middags met de fluweelachtige frambozenjam van Frusano, totaal zonder pitten.

- Genieten zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan

Ingrediënten: glucosestroop, 40% frambozen, druivensuiker, voedingszuur: citroenzuur, geleermiddel: pectine.

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <2,0%, Kristalsuiker <0,5%, Druivensuiker 16%, Moutsuiker 15%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (10g)
Energie	865kJ/207kcal	87kJ/21kcal
Vetten	0,2g	0,02g
waarvan verzadigde vetzuren	0g	0g
Koolhydraten	50g	5,0g
waarvan suikers	33g	3,3g
Vezels	2,2g	0,2g
Eiwitten	0,5g	0,05g
Zout	0g	0g

* Verpakking bevat 24 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Taybessen vruchtenjam

De donkerrode bessen worden alleen met druivensuiker en moutsuiker gezoet tot een fluweelachtige, pitloze jam. Een bijzonder alternatief voor de klassieke frambozenjam. Overigens stamt deze zure verfrissende bessensoort van een ras uit Schotland. Waarschijnlijk is de naam ontstaan omdat de rivier Tay in de buurt lag, waar voor de eerste keer frambozen en bramen gekruist werden.

- Natuurlijk genot zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan

Ingrediënten: Glucosestroop, 40% taybessen, druivensuiker, voedingszuur: citroenzuur, geleermiddel: pectinen.

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <1,5%, Kristalsuiker <0,5%, Druivensuiker 16%, Moutsuiker 15%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (10g)
Energie	848kJ/203kcal	85kJ/20kcal
Vetten	0g	0g
waarvan verzadigde vetzuren	0g	0g
Koolhydraten	49g	4,9g
waarvan suikers	32g	3,2g
Vezels	1,6g	0,2g
Eiwitten	0g	0g
Zout	0g	0g

* Verpakking bevat 24 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Voor op het brood



Art.nr.: 4260137741481

Inhoud: 235 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Voor op het brood



Art.nr.: 4260137741757

Inhoud: 235 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Duindoorn vruchtenjam

Duindoorn is extreem rijk aan vitamine C (tot 700mg/100g in het duindoornaandeel) en wordt bij Frusano met druivensuiker en moutsuiker tot een buitengewone jam gecombineerd, totaal zonder pitjes. Een genot, niet alleen op het brood.

- Genieten zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan
- bio

Ingrediënten: Bio glucosestroop, 35% bio duindoornsap, bio druivensuiker, water, geleermiddel: citruspectinen, voedingszuur: citroenzuur.

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <1,0%, Kristalsuiker <0,5%, Druivensuiker 16%, Moutsuiker 16%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (10g)
Energie	926kJ/221kcal	93kJ/22kcal
Vetten	2,5g	0,3g
waarvan verzadigde vetzuren	0,2g	0,02g
Koolhydraten	48g	4,8g
waarvan suikers	33g	3,3g
Vezels	1,1g	0,1g
Eiwitten	0,5g	0,05g
Zout	0g	0g

* Verpakking bevat 24 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Calamansi vruchtenjam

Het zure van onze Frusano calamansi vruchtenjam is goed uitgebalanceerd met de milde zoetheid van moutsuiker en druivensuiker. Calamansi is een veel voorkomende, zeer fructose-arme citrusvrucht op de Filippijnen, die qua smaak tussen limoen en mandarijn ligt. Gewoon lekker!

- Natuurlijk genot zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan

Ingrediënten: Bio glucosestroop, water, bio druivensuiker, 10% calamansi, zuurmiddel: citroenzuur, geleermiddel: pectine. (88% van de landbouwkundige ingrediënten stammen uit de biologische landbouw.)

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <0,5%, Kristalsuiker <0,1%, Druivensuiker 19%, Moutsuiker 14%.

Voedingswaardevermelding	per 100g	per portie* (10g)
Energie	995kJ/238kcal	100kJ/24kcal
Vetten	0,1g	0,01g
waarvan verzadigde vetzuren	0g	0g
Koolhydraten	58g	5,8g
waarvan suikers	34g	3,4g
Vezels	0,1g	0,01g
Eiwitten	0,1g	0,01g
Zout	0g	0g

* Verpakking bevat 24 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Voor op het brood



Art.nr.: 4260137741030

Inhoud: 235 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Dranken



Art.nr.: 4260137743270

Inhoud: 0.33 l

Frusano - veel genot, weinig fructose

Stevia cola

De klassieker onder de frisdranken, uitsluitend gezoet met Stevia en daarmee 100% suikervrij en 100% verteerbaar - Frusano Cola! Geniet nu van de unieke verfrissende smaak en het sprankelende gevoel van Frusano Cola.

- Zorgeloos genieten met fructose-intolerantie
- suikervrij
- sorbitolvrij
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan
- low FODMAP

Witte theedrank met kersensmaak en zoetstof (steviolglycosiden)

Ingrediënten: Water, witte thee infusie (water, witte thee), voedingszuur: citroenzuur, kleuring wortelconcentraat, natuurlijk aroma, zoetstof: steviolglycosiden.

Geschikt voor een fructosearm dieet, want Fructose <0,1%, Kristalsuiker <0,1%.

Voedingswaardevermelding	per 100ml	per portie* (33ml)
Energie	0kJ/0kcal	0kJ/0kcal
Vetten	0g	0g
waarvan verzadigde vetzuren	0g	0g
Koolhydraten	0g	0g
waarvan suikers	0g	0g
Vezels	0g	0g
Eiwitten	0g	0g
Zout	0g	0g

* Verpakking bevat 10 porties.

Stevia ijsstee kers

Onze zachte en exclusief met Stevia gezoete witte ijsstee kers. De suikervrij Frusano Stevia ijsstee is doordrenkt met witte thee van hoge kwaliteit - een verfrissende traktatie in de kersensmaak. Door hersluitbare Tetra Pak verpakking, ideaal voor reizen, wandelen, zwemmen, fietsen en nog veel meer.

- suikervrij
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan

Witte theedrank met kersensmaak en zoetstof (steviolglycosiden)

Ingrediënten: Water, witte thee infusie (water, witte thee), voedingszuur: citroenzuur, kleuring wortelconcentraat, natuurlijk aroma, zoetstof: steviolglycosiden.

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <0,1%, Kristalsuiker <0,1%.

Voedingswaardevermelding	per 100ml
Energie	6kJ/1kcal
Vetten	0g
waarvan verzadigde vetzuren	0g
Koolhydraten	0g
waarvan suikers	0g
Vezels	0g
Eiwitten	0g
Zout	0g

Dranken



Art.nr.: 4260137743041

Inhoud: 0.5 l

Frusano - veel genot, weinig fructose

Dranken



Art.nr.: 4260137743058

Inhoud: 0.5 l

Frusano - veel genot, weinig fructose

Stevia ijs thee limoen

Onze zachte en exclusief met Stevia gezoete groene ijs thee limoen. De suikervrij Frusano Stevia ijs thee wordt uit hoogwaardige groene thee gemaakt - een verfrissende traktatie in de smaak limoen. Door de hersluitbare Tetra Pak verpakking ideaal voor onderweg, bij het wandelen, zwemmen, fietsen en veel meer.

- suikervrij
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan

Groene ijs thee met limoensmaak en zoetstof (steviolglycosiden)

Ingrediënten: Water, groene thee infusie (water, groene thee), voedingszuur: citroenzuur, natuurlijk limoenaroma met andere natuurlijke aroma's, zoetstof: steviolglycosiden.

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <0,1%, Kristalsuiker <0,1%.

Voedingswaardevermelding	per 100ml
Energie	5kJ/1kcal
Vetten	0g
waarvan verzadigde vetzuren	0g
Koolhydraten	0g
waarvan suikers	0g
Vezels	0g
Eiwitten	0g
Zout	0,02g

Stevia ijsthee perzik

Onze zachte en uitsluitend met stevia gezoete zwarte ijsthee perzik. De suikervrije Frusano stevia ijsthee is gemaakt van hoogwaardige zwarte thee - een verfrissende traktatie met een perziksmak. De hersluitbare Tetra Pak verpakking maakt hem ideaal voor onderweg, om te gaan wandelen, zwemmen, fietsen en nog veel meer.

- suikervrij
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan

Zwarte theedrank met perziksmak en zoetstof (steviolglycosiden)

Ingrediënten: water, extract van zwarte thee, voedingszuur: citroenzuur, natuurlijk aroma, zoetstof: steviolglycosiden.

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <0,1%, Kristalsuiker <0,1%.

Voedingswaardevermelding	per 100ml
Energie	4kJ/1kcal
Vetten	0g
waarvan verzadigde vetzuren	0g
Koolhydraten	0g
waarvan suikers	0g
Vezels	0g
Eiwitten	0g
Zout	0g

Dranken



Art.nr.: 4260137744116

Inhoud: 0.5 l

Frusano - veel genot, weinig fructose

Dranken



Art.nr.: 4260137741559

Inhoud: 0.5 l

Frusano - veel genot, weinig fructose

Ribessensiroop

Rijk aan druivensuiker en zonder gebruik van kristalsuiker overtuigt de Frusano bio ribessensiroop eenieder die wat kleur aan zijn leven wil brengen. De volrijp geogoste rode ribessen worden voorzichtig verwerkt en passen dankzij de evenwichtige zoet-zuur verhoudingen niet alleen als verfrissingsdrink, maar ook om te mixen in milkshakes en sekt of om desserts te zoeten.

- Natuurlijk genot zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan
- bio

Ingrediënten: Bio glucosestroop, 36% bio ribessensap, bio druivensuiker. Pasteuriseerd.

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <2,0%, Kristalsuiker <0,5%, Druivensuiker 12%, Moutsuiker 10%.

Voedingswaardevermelding	per 100ml	per portie* (33ml)
Energie	746kJ/178kcal	246kJ/59kcal
Vetten	0g	0g
waarvan verzadigde vetzuren	0g	0g
Koolhydraten	43g	14g
waarvan suikers	24g	8g
Vezels	1,1g	0,4g
Eiwitten	0,4g	0,1g
Zout	0g	0g

* Verpakking bevat 15 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Zwarte bessensiroop

Gezoet met mout- en druivensuiker overtuigt biologische zwarte bessensiroop iedereen die graag zijn dagelijks leven op een gevarieerde manier verfrist. De milde zwarte bessen worden volledig rijp geoogst en voorzichtig verwerkt. De zoete en aromatische smaak van de siroop is ideaal voor het bereiden van verfrissende spritzers en het afronden van milkshakes, sekt of desserts.

- Genieten zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan
- bio

Ingrediënten: Bio glucosestroop, 40% bio zwarte bessensap, bio druivensuiker, zuurmiddel: citroenzuur.
Pasteuriseerd.

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <2,5%, Kristalsuiker <0,5%, Druivensuiker 14%, Moutsuiker 12%.

Voedingswaardevermelding	per 100ml	per portie* (33ml)
Energie	714kJ/171kcal	236kJ/56kcal
Vetten	0g	0g
waarvan verzadigde vetzuren	0g	0g
Koolhydraten	41g	14g
waarvan suikers	28g	9g
Vezels	2,3g	0,8g
Eiwitten	0,4g	0,1g
Zout	0g	0g

* Verpakking bevat 15 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Dranken



Art.nr.: 4260137741696

Inhoud: 0.5 l

Frusano - veel genot, weinig fructose

Dranken



Art.nr.: 4260137742556

Inhoud: 0.5 l

Frusano - veel genot, weinig fructose

Vlierbloesemsiroop

De combinatie uit druivensuiker en moutsuiker geeft onze bio vlierbloesemsiroop zijn afgeronde zoetheid, de geurende bloesem van de vlierbes het intensieve aroma. De siroop is geschikt voor het zoeten van desserts, mixen met sekt of in milkshakes. Ideaal om een verfrissende Hugo-Cocktails te bereiden.

- Natuurlijk genot zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- histaminvrij
- vegan
- bio

Ingrediënten: Bio glucosestroop, 40% bio vlierbloesem extracten, bio druivensuiker, voedingszuur: citroenzuur.
Pasteuriseerd.

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <0,5%, Kristalsuiker <0,5%, Druivensuiker 12%, Moutsuiker 13%.

Voedingswaardevermelding	per 100ml	per portie* (33ml)
Energie	617kJ/147kcal	204kJ/49kcal
Vetten	0g	0g
waarvan verzadigde vetzuren	0g	0g
Koolhydraten	36g	12g
waarvan suikers	24g	8g
Vezels	0g	0g
Eiwitten	0g	0g
Zout	0g	0g

* Verpakking bevat 15 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Secco

Mousserende Frusano bio Fili secco met discrete zoetheid uit druivensuiker en moutsuiker. Uitgenodigd op een feestje en u weet niet of u daar de drankjes kunt verdragen? Frusano bio Fili secco meenemen en niks missen: minimaal restsuikergehalte en dus veel plezier bij het vieren van. In het praktische blikje past het in iedere handtas. Smaakt natuurlijk ook thuis. Maar let er goed op – Fili secco is niet alleen favoriet bij mensen met een fructose-intolerantie! Ideaal om een verfrissende Hugo-Cocktails te bereiden.

- Genieten zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan
- bio

Bio wijnhoudende drank met toegevoegd koolzuur, 10% vol. alcohol

Ingrediënten: Bio witte wijn, bio glucosestroop, antioxidant: **zwaveldioxide**.

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <0,5%, Kristalsuiker <0,1%, Druivensuiker 3%, Moutsuiker 3%.

Voedingswaardevermelding	per 100ml
Energie	403kJ/96kcal
Vetten	0g
waarvan verzadigde vetzuren	0g
Koolhydraten	9,1g
waarvan suikers	4,3g
Vezels	0g
Eiwitten	0g
Zout	0g

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

10%vol. Alcohol

Dranken



Art.nr.: 4260137740958

Inhoud: 0.2 l

Frusano - veel genot, weinig fructose

Dranken



Art.nr.: 4260137744192

Inhoud: 180 g

Frusano - veel genot, weinig fructose

Janosch Panama geluk - cacao

Bio Janosch Panama geluk - de cacao uitsluitend met druivensuiker en zonder kristalsuiker. Een chocoladeachtig, lekkere smaakbeleving voor alle kleine en grote cacao liefhebbers. Nu met verbeterde receptuur, nog beter oplosbaar! Of warme of koude melk, lactosevrije rijst-, haver- of sojadrink, de nieuwe Janosch cacao van Frusano maakt uit alles een waarachtig chocolade genoeg. Door de hersluitbare verpakking is de cacao goed houdbaar en behoudt zo zijn aroma.

- Verwen uzelf zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan
- bio

Bio cacaodrankpoeder

Ingrediënten: Bio gedroogde glucosestroop, 20% vetarme bio cacaopoeder, emulgator: bio sojalecithinen, natuurlijk bio Bourbon vanille aroma, zout.

(Kan sporen van **melk** en **eieren** bevatten.-> zie info bladzijdes)

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <0,5%, Kristalsuiker <0,5%, Druivensuiker 70%, Moutsuiker 1%.

Voedingswaardevermelding	per 100g
Energie	1629kJ/389kcal
Vetten	3,8g
waarvan verzadigde vetzuren	1,8g
Koolhydraten	79g
waarvan suikers	74g
Vezels	6,6g
Eiwitten	5,7g
Zout	0,07g

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

FiliMultin kauwtabletten

Algehele vitamineverzorging in de vorm van druivensuiker kauwtabletten voor mensen met een fructose-intolerantie - gegarandeerd met dextrose en zonder sorbitol.

- druivensuiker kauwtabletten
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegetarisch
- met 19 essentiële vitamines en mineralstoffen

Voedingssupplement met sinaasappelsmaak. Druivensuiker kauwtablet met vitamines, mineralen en sporenelementen

Ingrediënten: 68% druivensuiker, calciumcarbonaat, magnesiumoxide, zuurmiddel: citroenzuur, aroma, scheidingsmiddel: magnesiumzouten van vetzuren, vitamine A, thiamine, riboflavine, vitamine B6, vitamine B12, vitamine C, vitamine D, vitamine E, vitamine K, biotine, foliumzuur, niacine, pantotheenzuur, chroom, molybdeen, selenium, zink

Voedinginformatie waarde per 1 tablet / 2 tabletten met volgende %-NRV* tussen haakjes:

25/50 µg biotin (50/100), 150/300 µg foliumzuur (75/150), 8/16 mg niacine (NE)(50/100), 3/6 mg panthotheenzuur (50/100), 200/400 µg vitamine A (RE)(25/50), 0,55/1,1 mg vitamine B1 (50/100), 0,7/1,4 mg vitamine B2 (50/100), 0,7/1,4 mg vitamine B6 (50/100), 1,25/2,5 µg vitamine B12 (50/100), 40/80 mg vitamine C (50/100), 2,5/5 µg vitamine D (50/100), 6/12 mg vitamine E (α-TE)(50/100), 37,5/75 µg vitamine K (50/100), 120/240 mg calcium (15/30), 20/40 µg chroom (50/100), 37/74 mg magnesium (10/20), 25/50 µg molybdeen (50/100), 15/30 µg selenium (27/55), 5/10 mg zink (50/100)

* NRV: Referentiehoeveelheid volgens EU-regelgeving voor voedselinformatie VO EU 1169/2011

Traditioneel gemaakt zonder sorbitol of andere suikervervangers, zonder kunstmatige zoetstoffen. Verpakking bevat 24 kauwtabletten = 55 g.

Aanbevolen dosering: volwassenen 2 tabletten per dag, kinderen vanaf 4 jaar 1 tablet per dag. De aangegeven aanbevolen innamehoeveelheid mag niet worden overschreden.

Voedingssupplementen zijn geen vervanging voor een uitgebalanceerd en gevarieerd dieet en een gezonde levensstijl. Het product bevat vitamine A. Bij een zwangerschap dienen vrouwen hun arts te raadplegen voordat FiliMultin ingenomen wordt.

Vitaalstoffen & enzymen



Art.nr.: 4260137743256

Inhoud: 55 g

Frusano - veel genot, weinig fructose



Art.nr.: 4260137743812

Inhoud: 0.48 l

Frusano - veel genot, weinig fructose

Fructo-Biotic Daily Shot

Met onze probiotische drank kunt u uw welzijn verhogen en een gezonde darmflora opbouwen. Diverse melkzuurbacteriën zoals *Lactobacillus delbrueckii* ssp. ondersteunen een gezonde darm. Vooral bij een fructose-intolerantie, maar ook bij prikkelbare darmpatiënten kan Fructo-Biotic het aantal goede bacteriën in de darm verhogen.

- Genieten zonder fructose
- low FODMAP
- glutenvrij
- lactosevrij
- vegan
- bio

Bio gefermenteerde drank met melkzuurbacteriën

Ingrediënten: Water, bio appelsap*, extract van gefermenteerde bio kruidenplanten: muntblaadjes, vlierbloesem, meidoornbloemen, citroenmelisseblaadjes, lindebloemen, paardenstaartkruid, micro-organismen **: *Lactobacillus rhamnosus* GG, *L. rhamnosus* LR 04, *L. rhamnosus* LR 05, *L. acidophilus* LA 1, *L. delbrueckii* ssp. *bulgaricus* LB 2, *L. casei* 101/37, *L. plantarum* LP 02, *L. plantarum* LP 01, *L. fermentum* LF2, *Bifidobacterium breve* BL 10, *B. breve* Bbr 8, *B. longum* BL 03, *B. animalis* ssp. *lactis* Bi 1, *Streptococcus thermophilus* Z 57, *S. thermophilus* 9 Y. *suikervrij door fermentatie ** zuurbestendig

Geschikt voor een fructosearm en low FODMAP dieet: Fructose <0,5%, Kristalsuiker <0,5%.

Voedingswaardevermelding	per 100ml	per portie* (80ml)
Energie	29kJ/7kcal	23kJ/6kcal
Vetten	0g	0g
waarvan verzadigde vetzuren	0g	0g
Koolhydraten	1,7g	1,4g
waarvan suikers	0g	0g
Vezels	0g	0g
Eiwitten	0g	0g
Zout	0,02g	0,016g

* Verpakking bevat 6 porties.

Zonder sorbitol, zonder zoetstoffen volgens de wet.

Waar te koop & verdere informatie

Waar kan ik fructose-arme producten kopen?

Onze fructose-arme producten zijn verkrijgbaar in de natuurvoedingswinkel, in biologische winkels, in geselecteerde drogisterijen en apotheken en goed gesorteerde levensmiddelen handelaren.

Op www.frusano.com kunt u een online winkel bij u in de buurt zoeken onder "handelaren" op onze interactieve handelaarskaart online.

Is er in uw buurt geen handelaar? Maak uw vertrouwde handelaar attent op uw behoefte naar Frusano producten.

Bovendien vindt u het volledige assortiment fructose-arme levensmiddelen direct in onze internetshop.

Wij leveren wereldwijd, zonder verzendkosten al vanaf 60€. Naar Duitsland, Oostenrijk, Zwitserland, België, Nederland en Luxemburg leveren wij op rekening.

Gedetailleerde verzendkosten vindt u onder www.frusano.com/shop in de categorie 'verzending'.

Voedingsadvies

Onder het punt "voeding/voedingsadvies" vindt u een kaart van voedingsdeskundigen waar u naar voedingsdeskundigen in uw buurt kunt zoeken. Wij raden aan, na de diagnose "fructose-intolerantie" u te laten adviseren door een gediplomeerde diëtist(e).

Verkooppunten



frusano®



DE-ÖKO-037

Adres van het bedrijf:
Frusano GmbH
Lochhamer Schlag 12
82166 Gräfelfing (DE)
Tel.: +49 89 3816898 70
Fax: +49 89 3816898 79

Status: Augustus 2021

info@frusano.com
www.frusano.com

HRB 211143
Fiscaal nummer: 147/227/37160
BTW nr: DE294229018
GLN: 4260137740002

