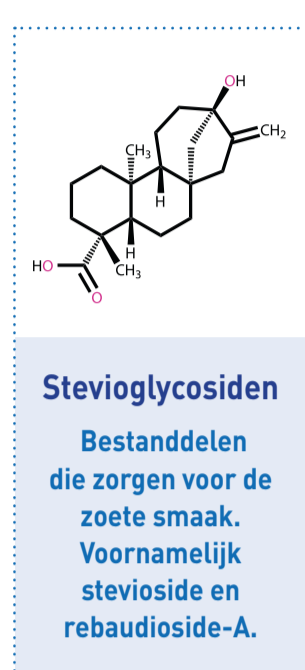


STEVIA

om te onthouden

www.ZOETSTOFFEN.eu

De zoetstof op basis van stevia is samengesteld uit steviolglycosiden gewonnen uit het blad van de steviaplant en levert geen calorieën.



Voornaamste voordelen:

0%

Bevat geen calorieën



Kan koud en warm gebruikt worden



Bevordert tandbederf niet

Zoetkracht:

Stevia = 200 à 300 keer zoeter dan suiker

Maximale hoeveelheid die zonder risico verbruikt kan worden*:

4 mg per kg lichaamsgewicht / dag

* Aanvaardbare Dagelijkse Inname - ADI

Voorbeeld van een dag gezoet met een zoetstof op basis van stevia:

VROUW, 35 JAAR, 60 KG



JONGEN, 10 JAAR, 30 KG



20 mg



Ontbijt



12,5 mg



Ochtendpauze



40 mg



Lunch



20 mg



Vieruurtje



20 mg



Avondmaal



12,5 mg



20 mg



20 mg

TOTAAL: 112,5 mg stevia

= **47%** van de ADI

TOTAAL: 52,5 mg stevia

= **44%** van de ADI

Gebruik:



Steviolglycosiden zijn stabiel bij verhitting en zijn dus geschikt als zoetstof voor zowel warme als koude bereidingen en gebak. De zoetstof op basis van stevia is niet fermenteerbaar en kleurt niet bruin bij verhitting.