

Biofood Kichererbsen BIO

Art.nr:	6900
Beschreibung:	Biofood Kichererbsen BIO
EAN-Code Produkt:	5412158005021
EAN-Code Umkarton	5412158040336 (x 1) 5412158024237 (x 6) 5412158057945 (x 24)
Export code:	07133900
Zutaten:	Kichererbsen*. Kann NÜSSE, GLUTEN und SESAM enthalten. *Aus kontrolliert biologischem Anbau.
Allergene:	nüsse, gluten, sesamsamen. hafer, weizen, schwefeldioxid und sulfite, fisch, sellerie, eier, schalentiere, senf, weichtiere, milch, erdnüsse, soja, laktose, lupine.
Inhalt:	500 g
Lagerung:	Trocken und gut verschlossen aufbewahren.
:	8 bis 12 Stunden in kaltem Wasser einweichen. 1 Teil Kichererbsen in 3 Teile Wasser. Kochzeit von ± 45-60 Minuten. Für Püree und Hummus bis zu 1,5 Stunden kochen. Salz erst nach dem Kochen zugeben.
Maße:	11,0 cm x 17,0 cm x 5,0 cm

Ernährungswerte	portie/portion
	100 g
Energie kJ	1478
Energie kcal	351
Fette	6,0 g
gesättigte fette	0,6 g
Kohlenhydrate	47,0 g
zucker	10,7 g
Ballaststoffe	14,8 g
Eiweiß	19,9 g
Salz	<0,10 g

