



Braunhirse Wildform gemahlen, 500g



Artikelnummer 301500	GTIN-Stück  9 120014 370027	GTIN-Verpackung  9 120014 375558	eco-ID 74567	
--------------------------------	---	--	------------------------	---

Marke

Urkornhof

Zollrechtliche Herkunft

Österreich (AT)

Ursprungsland/ -region Hauptzutaten

Österreich

Verarbeitungsland

Österreich

Allgemeines

Braunhirse ist durch den charakteristischen Schalenanteil eine hochwertige Mineral- und Ballaststoffquelle.

Besonderheiten

Urkornhof Braunhirse Wildform wird nur auf Böden mit bedarfsgerechter Pflanzenernährung, Düngung durch bestimmte Fruchtfolgen mit hohem Leguminosenanteil und boden- und umweltförderndem Anbau kultiviert. Urkornhof Braunhirse Wildform wird weder geklont, genmanipuliert noch einer Hybridbehandlung oder einer Züchtung unterzogen.

Kurzbeschreibung

Braunhirse ist durch den charakteristischen Schalenanteil eine hochwertige Mineral- und Ballaststoffquelle.

Rezept, Zubereitung

Käse Lauch Braunhirsesuppe

Zutaten: 1 Rahm-Schmelzkäse, 1 Stk. Porree-Lauch (ca. 5 dag), 2 EL Raps- oder

Oliveneröl, 2 gehäufte EL Braunhirse fein gemahlen, 1 TL Suppenwürze

Zubereitung: Lauch in Öl leicht anschwitzen und Braunhirse dazumischen, mit ½

Liter Wasser aufgießen, Suppenwürze und Käse dazugeben, 10 Minuten leicht

kochen und mit Stabmixer aufschäumen - fertig.

Hinweise zur Handhabung oder Verwendung

Täglich 2-3 EL gemahlene Braunhirse dem Müsli, Marinaden, Obstsalat, Shakes, Fruchtsaft, Obstmus, Brot, Vollwertkuchen, Suppen, Lasagne, Soßen usw. beimengen. Beim Backen können bis zu 20 % des Mehls durch gemahlene Braunhirse ersetzt werden.

Lager- und Aufbewahrungshinweis

Trocken, vor Licht und Wärme geschützt lagern.

Allergiehinweise

nicht enthalten: Eier, Erdnuss, Fisch, Krebstier, Milch, Schalenfrüchte, Sellerie, Senf, Soja, Weichtier, Kuhmilchprotein, Laktose, Milcheiweiß, Glutamat, Hefe

Spuren möglich: Gluten, Lupine, Sesam





Braunhirse Wildform gemahlen, 500g



Artikelnummer 301500	GTIN-Stück  9 120014 370027	GTIN-Verpackung  9 120014 375558	eco-ID 74567	
--------------------------------	---	--	------------------------	---

Weitere Eigenschaften

vegan ✓ vegetarisch ✓ kosher ✓ Rohkostqualität ✓ streng natriumarm (<40 mg / 100g) ✓ Lebensmittel gentechnikfrei ✓



Braunhirse Wildform gemahlen, 500g



Artikelnummer 301500	GTIN-Stück 9 120014 370027	GTIN-Verpackung 9 120014 375558	eco-ID 74567	
--------------------------------	--	---	------------------------	--

Warengruppenspezifische Angaben

Rechtlicher Status..... Lebensmittel
 Süßung..... nicht gesüßt

Qualität

Bio-Erzeugnis..... nein

Gesetzliche Angaben

Zusatzstoffe, Rechtlicher Hinweis..... Keine deklarationspflichtigen Zusatzstoffe vorhanden
 Inverkehrbringer..... Urkornhof GmbH, Point 11, A-4655 Vorchdorf

Portionsangaben

Portionsbeschreibung..... 2 Esslöffel
 Portionsgröße..... 30 g

Nährwerte & Analyseergebnisse bezogen auf 100 g

Energie kJ / kcal..... 1421 kJ / 337 kcal
 Fett..... 4,2 g
 davon gesättigte Fettsäuren..... 0,4 g
 Kohlenhydrate..... 58 g
 davon Zucker..... 2 g
 Ballaststoffe..... 15 g
 Eiweiß..... 9,8 g
 Salz..... <0,01 g
 Broteinheiten..... 4,8 BE
 Ermittlung der Nährwerte durch..... Analyse

Nährwerte & Analyseergebnisse bezogen auf 30 g = 2 Esslöffel

Energie kJ..... 426 kJ
 Energiegehalt in kcal..... 101,10 kcal
 Fett..... 1,26 g
 davon gesättigte Fettsäuren..... 0,12 g
 Kohlenhydrate..... 17,40 g
 davon Zucker..... 0,60 g
 Ballaststoffe..... 4,5 g
 Eiweiß..... 2,94 g
 Salz..... 0 g
 Broteinheiten..... 1,440 BE



Braunhirse Wildform gemahlen, 500g



Artikelnummer 301500	GTIN-Stück 9 120014 370027	GTIN-Verpackung 9 120014 375558	eco-ID 74567	
--------------------------------	--	---	------------------------	--

Nährwerte & Analyseergebnisse Tagesbedarf (%) bezogen auf 30 g = 2 Esslöffel

Energie kJ	5,09 %
Energiegehalt in kcal	5,05 %
Fett	1,80 %
davon gesättigte Fettsäuren	0,60 %
Kohlenhydrate	6,44 %
davon Zucker	0,67 %
Eiweiß	5,88 %
Salz	0,00 %
Broteinheiten	1,44 %

Vitamine & Mineralien

Vitamin B6	0,24 mg
Eisen	4,5 mg
Magnesium	140 mg
Phosphor	325 mg
Zink	2,3 mg

Vitamine & Mineralien bezogen auf 30 g = 2 Esslöffel

Vitamin B6	0,07 mg
Eisen	1,35 mg
Magnesium	42,00 mg
Phosphor	97,50 mg
Zink	0,69 mg

Vitamine & Mineralien Tagesbedarf (%) bezogen auf 30 g = 2 Esslöffel

Vitamin B6	5,00 %
Eisen	9,64 %
Magnesium	11,20 %
Phosphor	13,93 %
Zink	6,90 %

Angaben zur VE (VerbrauchsEinheit / Einzel)

Verpackungsart	Karton
Verpackungsmaterial	Pappe, PP

Preise und Konditionen

Pfand	nein
-------	------

Sonstiges

PZN	10534820
-----	----------