Weizen bio

Bezeichnung: Weizen

Beschreibung: Weizen ist eines der beliebtesten Getreidesorten und wird meistens für Backwaren verwendet, lässt sich aber auch ähnlich wie Reis für Pfannengerichte oder als Beilage zubereiten. Er ist eine Proteinquelle und hervorragende Ballaststoffquelle.

Zubereitung: Zubereitung: In der 2,5-fachen Menge ungesalzenem Wasser einweichen und 30-45 Minuten köcheln lassen und 30-60 Min. nachquellen lassen.

Zutaten: Weizen*

* aus kontrolliert biologischem Anbau

Rohkost: Nein

Fairtrade: Nein

Glutenfrei: Nein

Vegan: Ja

Superfood: Nein

Natürlich glutenfrei: Nein

Plastikfrei: Nein

Bio: Ja

Mehrstückpackung: Diesen Artikel handeln wir in unterschiedlichen Gebindeeinheiten. Die aktuelle Gebindegröße beträgt 25kg. Die endgültige Gebindeeinheit entnehmen Sie bitte der Auftragsbestätigung.

Vorteilspackung: Nein

BIO-Kontrollstelle: DE-ÖKO-003

[Zum Produkt](#)

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	1367 kj
Brennwert kcal	327 kcal
Fett	1.8 g
davon gesättigte Fettsäuren	0.3 g
Kohlenhydrate	59.6 g
davon Zucker	0.7 g
Ballaststoffe	13.3 g
Eiweiß	11.4 g
Salz	0.02 g

Allergene

glutenhaltiges Getreide	Ja
Hühnerei	Nein
Erdnüsse	Nein
Milch	Nein

Sellerie	Nein
Sesamsamen	Nein
Lupine	Nein
Krebstiere	Nein
Fisch	Nein
Soja	Nein
Schalenfrüchte	Nein
Senf	Nein
Schwefeldioxid und Sulfid	Nein
Weichtiere	Nein
Cashews	Nein
Dinkel	Nein
Gerste	Nein
Hafer	Nein
Hybridstämme	Nein
Kamut	Nein
Macadamia	Nein
Mandeln	Nein
Paranüsse	Nein
Pekanüsse	Nein
Pistazien	Nein
Roggen	Nein
Haselnüsse	Nein
Sesam	Nein
Walnüsse	Nein
Weizen	Ja