

Linsen rot bio

Bezeichnung: Linsen rot

Beschreibung: Getrocknete rote Linsen (geschälte Berglinsen) von fester Konsistenz. Die Linsen sind orangefarben, rund und schmecken herzhaft nussig. Sie sind ein guter Protein- und Ballaststofflieferant. Rote Linsen sind mehlig kochend, ideal für Suppen, Eintöpfe, Aufläufe, Püree, Salate, orientalische Gerichte und Brotaufstriche.

Zubereitung: 150 g Linsen waschen und in 300 ml Gemüsebrühe oder Salzwasser etwa 10 Minuten köcheln lassen. Rote Linsen sind geschält, mehlig kochend und mild im Geschmack. Sie sind ideal für Suppen, Eintöpfe, Aufläufe, Püree, Salate, orientalische Gerichte und Brotaufstriche.

Zutaten: Linsen rot*

* 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	1360 kj
Brennwert kcal	325 kcal
Fett	1.4 g
davon gesättigte Fettsäuren	0.2 g
Kohlenhydrate	49.3 g
davon Zucker	2.5 g
Ballaststoffe	10.6 g
Eiweiß	23.5 g
Salz	0.09 g

Allergene

glutenhaltiges Getreide	Nein
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
Pekannüsse	Nein
Pistazien	Nein
Roggen	Nein
Haselnüsse	Nein
Sesam	Nein
Walnüsse	Nein
Weizen	Nein