Buchweizen geröstet bio

Bezeichnung: Buchweizen geschält, geröstet

Beschreibung: In vielen osteuropäischen Gerichten wird der geröstete Buchweizen als „Kascha“ zubereitet und dient als Füllung, Beilage oder auch als Salatzutat und für Müsli. Er bietet mit seinem nussigen Aroma eine schöne Ergänzung in der glutenfreien, sowie vielfältigen Küche.

Zubereitung: Zubereitung: Gründlich auswaschen und mit doppelter Menge an Wasser 7 Min. schonend köcheln lassen und 10-15 Min. zum Ausquellen stehen lassen.

Zutaten: Buchweizen geröstet*

* aus kontrolliert biologischem Anbau

Rohkost: Nein
Fairtrade: Nein
Glutenfrei: Nein
Vegan: Ja
Superfood: Nein
Natürlich glutenfrei: Ja
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	1436 kj
Brennwert kcal	343 kcal
Fett	1.7 g
davon gesättigte Fettsäuren	0.3 g
Kohlenhydrate	71 g
davon Zucker	0.3 g
Ballaststoffe	3.7 g
Eiweiß	9.1 g
Salz	0.005 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 Sulfit	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	Nein