

# Sesammus (Tahin) 100% bio 250g | Jetzt Terrasana - gleiche Qualität

**Bezeichnung:** Sesammus

**Beschreibung:** Bio-Tahin wird aus ungeschälten, leicht gerösteten und gemahlene Sesamsamen hergestellt. Die fein nussig schmeckende Paste wird auch Tahini oder Tahina genannt. Ihr sesameigenes Öl kann sich während der Lagerung an der Oberfläche absetzen. Für die gewohnt cremige Konsistenz einfach umrühren und genießen. Tahin schmeckt pur auf Brot oder kombiniert mit süßem Honig oder Marmelade. Ursprünglich stammt es aus der arabischen Küche und verleiht Pfannengemüse, Suppen, Saucen und Dressings eine orientalische Note. Außerdem ist es eine wichtige Zutat für Hummus, ein orientalisches [Kichererbsenpüree](#), das inzwischen auch in vielen anderen Teilen der Welt sehr beliebt ist. Wo kann Tahin noch verwendet werden? Verfeinern Sie Ihre Backwaren wie Pfannkuchen und Kekse mit etwas Sesampaste und freuen Sie sich auf ein neues Geschmackserlebnis.

**Zubereitung:** Das Sesammus schmeckt als Brotaufstrich, im Müsli, Süßspeisen, Desserts, Kuchen und Gebäck. Es verfeinert auch Dips, Saucen und Gemüsegerichte.

**Zutaten:** Sesamsaat\*

\* aus kontrolliert biologischem Anbau

**Rohkost:** Nein  
**Fairtrade:** Nein  
**Glutenfrei:** Nein  
**Vegan:** Ja  
**Superfood:** Nein  
**Natürlich glutenfrei:** Nein  
**Plastikfrei:** Nein  
**Bio:** Ja  
**Vorteilspackung:** Nein

**BIO-Kontrollstelle:** DE-ÖKO-003

[Zum Produkt](#)

## Nährwerte

### Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	2754 kj
Brennwert kcal	658 kcal
Fett	58 g
davon gesättigte Fettsäuren	8.4 g
Kohlenhydrate	4.1 g
davon Zucker	0.7 g
Ballaststoffe	7.9 g
Eiweiß	26 g

## Allergene

glutenhaltiges Getreide	Nein
Hühnerei	Nein
Erdnüsse	Nein
Milch	Nein

Example Company

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	Ja
Walnüsse	Nein
Weizen	Nein