

RAPUNZEL Sojabohnen, 500g

Wir machen Bio aus Liebe.



Artikelnummer 700130	GTIN-Stück 4 006040 175117	GTIN-Verpackung 4 006040 175100	eco-ID 2370	
--------------------------------	--	---	-----------------------	--

Marke

Rapunzel



Qualität

100% bio, EU Bio-Logo, Deutsche Landwirtschaft

Öko-Kontrollstelle

DE-ÖKO-006 | ABCERT

Zollrechtliche Herkunft

Deutschland (DE)

Wechselnde Ursprungsländer

nein

Ursprungsland/ -region Hauptzutaten

Deutschland

Zutaten

SOJABOHNEN*



enthält folgende allergene Zutaten: Soja

**aus kontrolliert ökologischer Erzeugung*

Diese Zutatenliste entspricht einer Volldeklaration im Sinne der Richtlinien des Bundesverbandes Naturkost & Naturwaren.

Dieses Produkt ist nicht aromatisiert.

Allgemeines

Die Sojabohne stammt ursprünglich aus Asien, auch hierzulande erfreut sie sich vor allem in Tofu, Tempeh und als Sojamilch großer Beliebtheit. Doch auch pur als Gemüse oder Snack sind die kleinen, leicht nussig süßlich schmeckenden Bohnen ausgesprochen lecker. Die festkochende Powerbohne hat einen hohen Gehalt an Proteinen. Rapunzel engagiert sich seit vielen Jahren für den Anbau von Hülsenfrüchten in Europa. Denn der Anbau heimischer Eiweißpflanzen wie Linsen, Bohnen oder Lupinen trägt zu einer vielfältigeren Fruchtfolge und damit zur Erhaltung der Bodengesundheit bei. Leguminosen benötigen im Anbau keinen Stickstoffdünger und reduzieren so die Belastung des Bodens. Gleichzeitig fördern sie durch die Anreicherung von Luftstickstoff in ihren Wurzeln die Bodenfruchtbarkeit. Außerdem dienen sie als wichtige Nahrungsgrundlage für Bestäuber wie beispielsweise Bienen.

Besonderheiten

aus europäischem Anbau, abgepackt im Hause Rapunzel

Kurzbeschreibung

Die Sojabohne stammt ursprünglich aus Asien, auch hierzulande erfreut sie sich vor allem in Tofu, Tempeh und als Sojamilch großer Beliebtheit. Doch auch pur als Gemüse oder Snack sind die kleinen, leicht nussig süßlich schmeckenden Bohnen ausgesprochen lecker. Die festkochende Powerbohne hat einen hohen Gehalt an Proteinen. Rapunzel engagiert sich seit vielen Jahren für den Anbau von Hülsenfrüchten in Europa. Denn der Anbau heimischer Eiweißpflanzen wie Linsen, Bohnen oder Lupinen trägt zu einer

Hinweise zur Handhabung oder Verwendung

für Salate, Bratlinge, Eintöpfe und Aufstriche, als Snack oder zur Herstellung von Sojamilch



Sojabohnen, 500g

Wir machen Bio aus Liebe.



Artikelnummer 700130	GTIN-Stück  4 006040 175117	GTIN-Verpackung  4 006040 175100	eco-ID 2370	
--------------------------------	---	--	-----------------------	---

Zubereitung

Bohnen waschen und 8 - 12 Stunden in reichlich kaltem Wasser einweichen. Danach Wasser abgießen und Bohnen abspülen. 1 Tasse Sojabohnen mit etwa 3 Tassen Wasser einmal aufkochen und dann ca. 45-60 Minuten bei geringer Temperatur und geschlossenem Deckel sanft köcheln lassen. Erst nach dem Kochen salzen.

Herstellung

Nach der Ernte werden die Sojabohnen von ihrer Hülse befreit, gereinigt und abgepackt.

Lager- und Aufbewahrungshinweis

Bitte kühl und trocken lagern.

Allergiehinweise

nicht enthalten: Eier, Erdnuss, Fisch, Krebstier, Lupine, Milch, Schalenfrüchte, Sellerie, Senf, Sesam, Weichtier, Dinkel, Gerste, Hafer, Kamut, Cashewnuss, Haselnuss, Macadamianuss, Mandeln, Paranuss, Pecanuss, Pistazie, Queenslandnuss, Walnuss, Huhn, Kuhmilcheiweiß, Laktose, Milcheiweiß, Rind, Schwein, Kakao, Koriander, Zimt, Glutamat, Hefe

Spuren möglich: Gluten, Roggen, Weizen, Mais

enthalten: Soja

nein: Schwefeldioxid und Sulfite > 10mg/kg

Weitere Eigenschaften

vegan ✓ vegetarisch ✓ Rohkostqualität ✓



Sojabohnen, 500g

Wir machen Bio aus Liebe.



Artikelnummer 700130	GTIN-Stück 4 006040 175117	GTIN-Verpackung 4 006040 175100	eco-ID 2370	
--------------------------------	--	---	-----------------------	--

Warengruppenspezifische Angaben

Rechtlicher Status..... Lebensmittel
 Süßung..... nicht gesüßt
 Garmethode..... Kochtopf
 Rohkost Gradangabe..... 40

Qualität

Bio-Erzeugnis..... ja
 Staatliche Siegel..... EU Bio-Logo
 Länderzusatz des EU-Logos..... Deutsche Landwirtschaft
 Öko-Kontrollstelle..... DE-ÖKO-006

Gesetzliche Angaben

Rechtliche Bezeichnung des Produkts..... Sojabohnen
 Inverkehrbringer..... Rapunzel Naturkost GmbH, Rapunzelstraße 1, D-87764 Legau

Nährwerte & Analyseergebnisse bezogen auf 100 g

Energie kJ / kcal..... 1659 kJ / 399 kcal
 Fett..... 20,10 g
 davon gesättigte Fettsäuren..... 3,30 g
 Kohlenhydrate..... 8,1 g
 davon Zucker..... 7,3 g
 Ballaststoffe..... 20,0 g
 Eiweiß..... 36,30 g
 Salz..... 0,010 g

Angaben zur VE (VerbrauchsEinheit / Einzel)

Verpackungsart..... Stück

Preise und Konditionen

Pfand..... nein