



# Bohnen schwarz, 500g

Wir machen Bio aus Liebe.



<b>Artikelnummer</b> 700730	<b>GTIN-Stück</b>  4 006040 176466	<b>GTIN-Verpackung</b>  4 006040 176459	<b>eco-ID</b> 2376	
--------------------------------	--	---	-----------------------	--

## Marke

Rapunzel



## Qualität

100% bio, EU Bio-Logo, Chinesische Landwirtschaft

## Öko-Kontrollstelle

DE-ÖKO-006 | ABCERT

## Zollrechtliche Herkunft

China (CN)

## Wechselnde Ursprungsländer

nein

## Ursprungsland/ -region Hauptzutaten

China

## Zutaten

Bohnen\* schwarz

*\*aus kontrolliert ökologischer Erzeugung*

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

*Dieses Produkt ist nicht aromatisiert.*



## Allgemeines

Schwarze Bohnen sind würzig-nussig im Geschmack und besonders beliebt in der mexikanischen Küche. Sie sind festkochend und behalten beim Kochen ihre Form.

## Besonderheiten

abgepackt im Hause Rapunzel

## Kurzbeschreibung

Schwarze Bohnen sind würzig-nussig im Geschmack und besonders beliebt in der mexikanischen Küche. Sie sind festkochend und behalten beim Kochen ihre Form.

## Hinweise zur Handhabung oder Verwendung

für deftige Eintöpfe, Bohnenpüree, Salate, Suppen, Mais- und Hirsegerichte, aber auch für Dips und Aufstriche

## Zubereitung

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



# Bohnen schwarz, 500g

Wir machen Bio aus Liebe.



<b>Artikelnummer</b> 700730	<b>GTIN-Stück</b>  4 006040 176466	<b>GTIN-Verpackung</b>  4 006040 176459	<b>eco-ID</b> 2376	
--------------------------------	---	--	-----------------------	---

## Herstellung

Die Bohnen werden nach der Ernte gereinigt, sortiert und abgepackt.

## Lager- und Aufbewahrungshinweis

Bitte kühl und trocken lagern.

## Allergiehinweise

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

**nein:** Schwefeldioxid und Sulfit > 10mg/kg

## Weitere Eigenschaften

vegan ✓ vegetarisch ✓ Rohkostqualität ✓



# Bohnen schwarz, 500g

Wir machen Bio aus Liebe.



<b>Artikelnummer</b> 700730	<b>GTIN-Stück</b>  4 006040 176466	<b>GTIN-Verpackung</b>  4 006040 176459	<b>eco-ID</b> 2376	
--------------------------------	--	---	-----------------------	--

## 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.....	Chinesische Landwirtschaft
Öko-Kontrollstelle.....	DE-ÖKO-006

## Gesetzliche Angaben

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

## Nährwerte & Analyseergebnisse bezogen auf 100 g

Energie kJ / kcal.....	1281 kJ / 304 kcal
Fett.....	1,20 g
davon gesättigte Fettsäuren.....	0,30 g
Kohlenhydrate.....	41,5 g
davon Zucker.....	3,1 g
Ballaststoffe.....	17,3 g
Eiweiß.....	23,10 g
Salz.....	0,023 g

## Angaben zur VE (VerbrauchsEinheit / Einzel)

Verpackungsart.....	Stück
---------------------	-------

## Preise und Konditionen

Pfand.....	nein
------------	------