

<b>Artikelnummer</b> 600675	<b>GTIN-Stück</b>  4 006040 349365	<b>GTIN-Verpackung</b>  4 006040 349358	<b>eco-ID</b> 91654	
--------------------------------	---	--	------------------------	---

## Marke

Rapunzel



## Qualität

100% bio, EU Bio-Logo, EU Landwirtschaft / Nicht EU Landwirtschaft

## Öko-Kontrollstelle

DE-ÖKO-006 | ABCERT

## Zollrechtliche Herkunft

Deutschland (DE)

## Wechselnde Ursprungsländer

ja

## Ursprungsland/ -region Hauptzutaten

Diverse Länder

## Zutaten

Leinmehl\*, teilentölt

*\*aus kontrolliert ökologischer Erzeugung*

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

*Dieses Produkt ist nicht aromatisiert.*



## Allgemeines

Das hochwertige Mehl aus den Samen der Leinpflanze ist reich an Omega-3-Fettsäuren, Ballaststoffen und pflanzlichem Eiweiß. Es wird durch die Vermahlung der teilentöhlten Saat gewonnen, dadurch ist es besonders gut aufgeschlossen und die Inhaltsstoffe somit sehr schnell für den Körper verfügbar. Leinmehl ist neutral im Geschmack und vielseitig verwendbar, es zeichnet sich durch eine hervorragende Quellfähigkeit aus.

## Besonderheiten

Leinsaat teilentölt und sorgfältig vermahlen, abgepackt im Hause Rapunzel

## Kurzbeschreibung

Das hochwertige Mehl aus den Samen der Leinpflanze ist reich an Omega-3-Fettsäuren, Ballaststoffen und pflanzlichem Eiweiß. Es wird durch die Vermahlung der teilentöhlten Saat gewonnen, dadurch ist es besonders gut aufgeschlossen und die Inhaltsstoffe somit sehr schnell für den Körper verfügbar. Leinmehl ist neutral im Geschmack und vielseitig verwendbar, es zeichnet sich durch eine hervorragende Quellfähigkeit aus.

## Hinweise zur Handhabung oder Verwendung

für Proteindrinks, Fruchtshakes, Smoothies. Zum Frühstück ins Müsli, den Joghurt oder Quark gerührt. Zum Backen, zum leichten Andicken von Suppen und Saucen. Für Bratlinge, Pfannkuchen, Gemüse und Getreidegerichte. In herkömmlichen Rezepten können bis zu 20% der Getreidemehlmenge durch Leinmehl ausgetauscht werden. 75g Leinmehl ersetzen dabei 100g Getreidemehl. Die Flüssigkeitsmenge erhöhen bis die gewohnte Teigkonsistenz erreicht ist. 1 EL Leinmehl + 90ml Wasser ersetzen ein Ei. Max. 1 EL (ca. 10g) pro Tag. Für Kinder unter 13 Jahren nicht geeignet.



# Leinmehl, 250g

Wir machen Bio aus Liebe.



<b>Artikelnummer</b> 600675	<b>GTIN-Stück</b>  4 006040 349365	<b>GTIN-Verpackung</b>  4 006040 349358	<b>eco-ID</b> 91654	
--------------------------------	---	--	------------------------	---

## Herstellung

Leinmehl wird durch die sorgfältige Vermahlung der entölten Saat gewonnen.

## Lager- und Aufbewahrungshinweis

Bitte kühl und trocken lagern.

## Allergiehinweise

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

**Spuren möglich:** Gluten, Roggen, Weizen

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

## Weitere Eigenschaften

vegan ✓ vegetarisch ✓ Rohkostqualität ✓

<b>Artikelnummer</b> 600675	<b>GTIN-Stück</b>  4 006040 349365	<b>GTIN-Verpackung</b>  4 006040 349358	<b>eco-ID</b> 91654	
--------------------------------	---	--	------------------------	---

### Warengruppenspezifische Angaben

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

### Qualität

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

### Gesetzliche Angaben

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

### Nährwerte & Analyseergebnisse bezogen auf 100 g

Energie kJ / kcal..... 1370 kJ / 330 kcal  
Fett..... 10,00 g  
davon gesättigte Fettsäuren..... 1,00 g  
Kohlenhydrate..... 2,9 g  
davon Zucker..... 2,3 g  
Ballaststoffe..... 36,0 g  
Eiweiß..... 39,00 g  
Salz..... 0,305 g

### Sonstige Analysewerte

davon Alpha Linolensäure..... 5,50 g  
Linolensäure..... 5,50 g

### Angaben zur VE (VerbrauchsEinheit / Einzel)

Verpackungsart..... Stück

### Preise und Konditionen

Pfand..... nein