

RAPUNZEL Kokosmehl, 250g

Wir machen Bio aus Liebe.



Artikelnummer 314385	GTIN-Stück 4 006040 397618	GTIN-Verpackung 4 006040 397601	eco-ID 161048	
--------------------------------	--	---	-------------------------	--

Marke

Rapunzel



Qualität

100% bio, EU Bio-Logo, Sri-Lankische Landwirtschaft

Öko-Kontrollstelle

DE-ÖKO-006 | ABCERT

Zollrechtliche Herkunft

Sri Lanka (LK)

Wechselnde Ursprungsländer

nein

Ursprungsland/ -region Hauptzutaten

Sri Lanka

Zutaten

Kokosmehl*

**aus kontrolliert ökologischer Erzeugung*

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

Dieses Produkt ist nicht aromatisiert.



Allgemeines

Kokosnussmehl verleiht Ihren Speisen eine angenehm mild-süßliche Kokosnote. Es wird zu 100% aus dem kalt gepressten Fruchtfleisch der Kokosnuss gewonnen, welches fein vermahlen wird. Kokosmehl ist reich an Ballaststoffen und eine Proteinquelle. Es ist zudem reich an Mineralstoffen wie Kalium und Magnesium. Kalium und Magnesium tragen zu einer normalen Muskelfunktion bei. Empfehlenswert ist bereits eine Portion von 30g (ca. 3-4EL) pro Tag. Eine abwechslungsreiche, ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise sind wichtig.

Besonderheiten

Kokosfruchtfleisch teilentölt und sorgfältig vermahlen, abgepackt im Hause Rapunzel

Kurzbeschreibung

Kokosnussmehl verleiht Ihren Speisen eine angenehm mild-süßliche Kokosnote. Es wird zu 100% aus dem kalt gepressten Fruchtfleisch der Kokosnuss gewonnen, welches fein vermahlen wird. Kokosmehl ist reich an Ballaststoffen und eine Proteinquelle. Es ist zudem reich an Mineralstoffen wie Kalium und Magnesium. Kalium und Magnesium tragen zu einer normalen Muskelfunktion bei. Empfehlenswert ist bereits eine Portion von 30g (ca. 3-4EL) pro Tag. Eine abwechslungsreiche, ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise sind wichtig.

Hinweise zur Handhabung oder Verwendung

für ballaststoffreiche Smoothies, zum Frühstück ins Müsli oder in den Joghurt. Aufgrund der guten Quelleigenschaften ideal auch zum Binden von Suppen, Saucen und Currys. In herkömmlichen Rezepten können bis zu 25% der Getreidemehlmenge durch Kokosmehl ausgetauscht werden. 60g Kokosmehl ersetzen dabei 100g Getreidemehl. Den Flüssigkeitsanteil in etwa verdoppeln bis die gewohnte Teigkonsistenz erreicht ist.



Kokosmehl, 250g

Wir machen Bio aus Liebe.



Artikelnummer 314385	GTIN-Stück  4 006040 397618	GTIN-Verpackung  4 006040 397601	eco-ID 161048	
--------------------------------	---	--	-------------------------	---

Herstellung

Kokosmehl wird durch die sorgfältige Vermahlung von teilentöltem, kalt gepresstem Fruchtfleisch der Kokosnuss gewonnen. Es besteht zu 100% aus Kokosnuss.

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, Kuhmilchprotein, Laktose, Milchprotein, Rind, Schwein, Kakao, Koriander, Mais, Zimt, Glutamat, Hefe

nein: Schwefeldioxid und Sulfite > 10mg/kg

Weitere Eigenschaften

vegan ✓

vegetarisch ✓



Kokosmehl, 250g

Wir machen Bio aus Liebe.



Artikelnummer 314385	GTIN-Stück 4 006040 397618	GTIN-Verpackung 4 006040 397601	eco-ID 161048	
--------------------------------	--	---	-------------------------	--

Warengruppenspezifische Angaben

Rechtlicher Status..... Lebensmittel
 Süßung..... nicht gesüßt

Qualität

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

Gesetzliche Angaben

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

Portionsangaben

Portion entspricht..... Empfohlene tägliche Verzehrmenge Erwachsene

Nährwerte & Analyseergebnisse bezogen auf 100 g

Energie kJ / kcal..... 1885 kJ / 455 kcal
 Fett..... 29,90 g
 davon gesättigte Fettsäuren..... 28,20 g
 Kohlenhydrate..... 18,8 g
 davon Zucker..... 16,0 g
 Ballaststoffe..... 27,0 g
 Eiweiß..... 16,50 g
 Salz..... 0,060 g

Vitamine & Mineralien

Eisen..... 6,40 mg
 Kalium..... 1.584,00 mg
 Magnesium..... 196 mg

Vitamine & Mineralien Tagesbedarf (%) bezogen auf 1 Portion

Eisen..... 46 %
 Kalium..... 79 %
 Magnesium..... 52 %

Angaben zur VE (VerbrauchsEinheit / Einzel)

Verpackungsart..... Stück

Preise und Konditionen

Pfand..... nein