



# Sonam's Tsampa, 250g

Das Tibetische Müsli



<b>Artikelnummer</b> 622	<b>GTIN-Stück</b>  7 640111 841012	<b>GTIN-Verpackung</b>  7 640111 841111	<b>eco-ID</b> 45848	
-----------------------------	---	--	------------------------	---

## Marke

Sonams



## Qualität

demeter, EU Bio-Logo, Deutsche Landwirtschaft



## Öko-Kontrollstelle

DE-ÖKO-001 | BCS

## Zollrechtliche Herkunft

Deutschland (DE)

## Ursprungsland/ -region Hauptzutaten

Deutschland

## Zutaten

GERSTE\*\*

enthält folgende allergene Zutaten: Gluten

\* = Zutaten aus ökol. Landbau, \*\* = Zutaten aus biol.dynamischem Anbau, \*\*\* = aus anerkannt

ökologischer Aquakultur, \*\*\*\* = aus Wildfang

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

Dieses Produkt ist nicht aromatisiert.



## Allgemeines

Die Tibeterin Sonam Dölma hat für ihren persönlichen Gebrauch während Jahren mit ihrer Mutter zusammen ihr traditionelles Hauptnahrungsmittel Tsampa hergestellt, bis sie sich dazu entschloss, es für interessierte Nicht-Tibeter zu produzieren. Dies vor allem, weil viele Westler, die einmal im Himalaya oder Tibet weilten, nach ihrer Rückkehr vom Tsampa schwärmten. Andere lasen in Büchern über Tibet über dieses unter Tibetern so populäre Grundnahrungsmittel und wollten es einmal selbst testen. So entschloss sich Sonam Dölma zur Produktion von Tsampa.

## Besonderheiten

Sonams Tsampa wird aus biologisch - dynamischer Gerste (Demeter - Qualität) hergestellt, was den typischen Tsampa - Geschmack noch deutlicher hervortreten lässt.

## Kurzbeschreibung

Tibetisches Grundnahrungsmittel

## Rezept, Zubereitung

siehe Verpackung



# Sonam's Tsampa, 250g

Das Tibetische Müsli



<b>Artikelnummer</b> 622	<b>GTIN-Stück</b>  7 640111 841012	<b>GTIN-Verpackung</b>  7 640111 841111	<b>eco-ID</b> 45848	
-----------------------------	---	--	------------------------	---

## Hinweise zur Handhabung oder Verwendung

Tsampa ist das wichtigste Grundnahrungsmittel in Tibet. Es handelt sich dabei um Getreide (im Fall von Sonams Tsampa Gerste oder Kichererbsen), das zuerst sorgfältig geröstet und gemahlen wird und anschliessend auf unterschiedliche Art mit Milch, Tee oder Joghurt zubereitet werden kann - gesüsst oder salzen, konsistent oder als dünner Brei. Tsampa kann auch gekocht werden (z.B. eine Art Polenta oder Suppe). Die Zubereitungsdauer ist kurz, weil Tsampa aus gerösteter Gerste und damit nicht mehr roh ist.

## Herstellung

Der eigentlichen Produktion gingen zahlreiche Versuche voraus, denn die Qualität von Tsampa ist von vielen Faktoren abhängig: Von der Art der Gerste, von der Menge des Röstgutes, von der Temperatur und sogar vom Temperaturverlauf während der Röstung, von der Mahlart usw.) Und noch heute, wo sich die Produktion eingespielt hat, finden regelmässige Kontrollen statt, die garantieren, dass Sonams Tsampa authentisch, das heisst echt tibetisch ist.

## Lager- und Aufbewahrungshinweis

kühl und trocken

## Allergiehinweise

**nicht enthalten:** Eier, Erdnuss, Fisch, Krebstier, Lupine, Milch, Schalenfrüchte, Sellerie, Senf, Sesam, Soja, Weichtier, Laktose

**enthalten:** Gluten, Gerste

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

**Spuren möglich:** Dinkel, Hafer, Weizen

## Weitere Eigenschaften

vegan ✓ vegetarisch ✓ Rohstoffe nicht jodiert ✓ ungesüsst ✓



# Sonam´s Tsampa, 250g

Das Tibetische Müsli



<b>Artikelnummer</b> 622	<b>GTIN-Stück</b>  7 640111 841012	<b>GTIN-Verpackung</b>  7 640111 841111	<b>eco-ID</b> 45848	
-----------------------------	---	--	------------------------	---

## Warengruppenspezifische Angaben

Rechtlicher Status..... Lebensmittel  
Region..... Baden Württemberg

## Qualität

Bio-Erzeugnis..... ja  
Staatliche Siegel..... EU Bio-Logo  
Länderzusatz des EU-Logos..... Deutsche Landwirtschaft  
Öko-Kontrollstelle..... DE-ÖKO-001  
Welcher Standard wird erfüllt..... demeter

## Gesetzliche Angaben

Zusatzstoffe, Rechtlicher Hinweis..... Keine deklarationspflichtigen Zusatzstoffe vorhanden  
Rechtliche Bezeichnung des Produkts..... Mehl aus gerösteter Nacktgerste  
Inverkehrbringer..... ErdmannHAUSER Getreideprodukte GmbH; Robert-Bosch-Straße 17,  
71729 Erdmannhausen, Deutschland

## Nährwerte & Analyseergebnisse bezogen auf 100 g

Energie kJ / kcal..... 1485 kJ / 352 kcal  
Fett..... 2,6 g  
davon gesättigte Fettsäuren..... 0,5 g  
Kohlenhydrate..... 61,4 g  
davon Zucker..... 0,8 g  
Ballaststoffe..... 13,2 g  
Eiweiß..... 14 g  
Salz..... 0,0 g  
Ermittlung der Nährwerte durch..... Analyse

## Angaben zur VE (VerbrauchsEinheit / Einzel)

Verpackungsart..... Beutel  
Verpackungsmaterial..... Papier

## Sensorik, Beschaffenheit

Geschmack..... nach gerösteter Gerste, leicht malzig  
Geruch..... nach gerösteter Gerste, leicht malzig  
Konsistenz..... Mehl fein gemahlen