Lupinenschrot (Süßlupine) bio

Schrot aus geschälter, weißer Süßlupine. Es hat einen süßlich-getreidigen, leicht nussigen Geschmack und ist körnig im Biss. Als Alternative zu Fleisch und Soja geeignet, denn es hat einen hohen Proteingehalt (40g/100g). Zum Kochen und Backen zu verwenden.

Zum Produkt

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	1443 kj
Brennwert kcal	345 kcal
Fett	11 g
davon gesättigte Fettsäuren	1.5 g
Kohlenhydrate	4.5 g
davon Zucker	3.5 g
Ballaststoffe	34 g
Eiweiß	40 g
Salz	0.1 g

Allergene

glutenhaltiges Getreide	Nein
Hühnerei	Nein
Erdnüsse	Nein
Milch	Nein
Sellerie	Nein
Sesamsamen	Nein
Lupine	Ja
Krebstiere	Nein
Fisch	Nein

Soja	Nein
Schalenfrüchte	Nein
Senf	Nein
Schwefeldioxid und Sulfit	Nein
Weichtiere	Nein
Cashews	Nein
Dinkel	Nein
Gerste	Nein
Hafer	Nein
Hybridstämme	Nein
Kamut	Nein
Macadamia	Nein
Mandeln	Nein
Paranüsse	Nein
Pekanüsse	Nein
Pistazien	Nein
Roggen	Nein
Haselnüsse	Nein
Sesam	Nein
Walnüsse	Nein
Weizen	Nein