Lupinenmehl süß getoastet bio

Leicht geröstetes, fein vermahlenes Bio-Süßlupinenmehl für den zusätzlichen Eiweißkick in Backwaren wie Brot und Kuchen. Auch als Bindemittel für Saucen und Suppen sowie in Bratlingen sehr gut geeignet. 100 g Lupinenmehl enthalten 40 g Eiweiß. Daher kann es auch in Smoothies, Müsli und Porridge für ein Plus an Eiweiß sorgen. In veganen Backwaren dient es als Eiersatz. Für ein Ei einfach 1 Esslöffel Bio Süßlupinenmehl mit 2 Esslöffeln Wasser anrühren. Auch bei uns im Shop erhältlich: Bio Süßlupinenschrot.

Zum Produkt

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	1402 kj
Brennwert kj	1443 kj
Brennwert kcal	335 kcal
Brennwert kcal	345 kcal
Fett	7 g
Fett	11 g
davon gesättigte Fettsäuren	1.5 g
Kohlenhydrate	13 g
Kohlenhydrate	4.5 g
davon Zucker	3 g
davon Zucker	3.5 g
Ballaststoffe	32 g
Ballaststoffe	34 g
Eiweiß	39 g
Eiweiß	40 g
Salz	0.038 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