

Vier-Flocken-Mischung bio

Die Vier-Flocken-Mischung bestehend aus Dinkelflocken, Gerstenflocken, Haferflocken und Roggenflocken lässt sich als Protein- sowie Ballaststoffquelle in Backwaren verwenden, ist eine gute Grundmischung für Müslis oder Bratlinge.

[Zum Produkt](#)

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	1428 kj
Brennwert kcal	341 kcal
Fett	2.9 g
davon gesättigte Fettsäuren	0.5 g
Kohlenhydrate	61.5 g
davon Zucker	1.2 g
Ballaststoffe	10.8 g
Eiweiß	11.9 g
Salz	0.009 g

Allergene

glutenhaltiges Getreide	Ja
glutenhaltiges Getreide	Nein
glutenhaltiges Getreide	Ja
glutenhaltiges Getreide	Nein
glutenhaltiges Getreide	Ja
glutenhaltiges Getreide	Nein
glutenhaltiges Getreide	Ja
glutenhaltiges Getreide	Nein
glutenhaltiges Getreide	Ja
Hühnerei	Nein
Erdnüsse	Nein
Milch	Nein
Sellerie	Nein

Example Company

Sesamsamen	Nein
Lupine	Nein
Krebstiere	Nein
Fisch	Nein
Soja	Nein
Schalenfrüchte	Nein
Senf	Nein
Schwefeldioxid und Sulfid	Nein
Weichtiere	Nein
Cashews	Nein
Dinkel	Ja
Dinkel	Nein
Dinkel	Ja
Dinkel	Nein
Dinkel	Ja
Dinkel	Nein
Dinkel	Ja
Dinkel	Nein
Dinkel	Ja
Dinkel	Nein
Dinkel	Ja
Gerste	Ja
Gerste	Nein
Gerste	Ja
Gerste	Nein
Gerste	Ja
Gerste	Nein
Gerste	Ja
Gerste	Nein

Gerste	Ja
Hafer	Ja
Hafer	Nein
Hafer	Ja
Hafer	Nein
Hafer	Ja
Hafer	Nein
Hafer	Ja
Hafer	Nein
Hafer	Ja
Hybridstämme	Nein
Kamut	Nein
Macadamia	Nein
Mandeln	Nein
Paranüsse	Nein
Pekanüsse	Nein
Pistazien	Nein
Roggen	Ja
Roggen	Nein
Roggen	Ja
Roggen	Nein
Roggen	Ja
Roggen	Nein
Roggen	Ja
Roggen	Nein
Roggen	Ja
Roggen	Nein
Roggen	Ja
Haselnüsse	Nein

Sesam	Nein
Walnüsse	Nein
Weizen	Nein