Berglinsen braun bio (Gourmet)

Getrocknete Berglinsen von fester Konsistenz. Die Linsen sind braun oder gesprenkelt, rund, klein und flach und schmecken zart und nussig. Berglinsen sind besonders kernig und bleiben auch nach längerem Kochen noch schön bissfest. Damit sind sie perfekt für Aufläufe, Salate und Bratlinge geeignet. Die Linsen haben einen geringen Gehalt an Fetten, sind ein guter Lieferant für Proteine und haben einen hohen Ballaststoffgehalt.

Zum Produkt

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	1425 kj
Brennwert kcal	341 kcal
Fett	1.1 g
davon gesättigte Fettsäuren	0.2 g
Kohlenhydrate	52.7 g
davon Zucker	2 g
Ballaststoffe	10.7 g
Eiweiß	24.6 g
Salz	0.015 g

Allergene

glutenhaltiges Getreide	Nein
Hühnerei	Nein
Erdnüsse	Nein
Milch	Nein
Sellerie	Nein
Sesamsamen	Nein
Lupine	Nein
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