Hanfsamen geschält ungeröstet bio

Hanf ist eine der ältesten Kulturpflanzen, ein natürliches Superfood und ein aktueller Trend. Bio-Hanfsamen schmecken fein-nussig, enthalten viel Eiweiß und sind reich an mehrfach ungesättigten Fettsäuren, insbesondere Omega-3. Ob in herzhaften Gerichten wie Salaten und Suppen, in süßen Speisen wie Müsli und Porridge oder als Zutat in Riegeln, Energiekugeln und Backwaren - Hanfsamen sind vielseitig einsetzbar und verleihen jedem Gericht einen Nährstoffkick. Sie lassen sich auch hervorragend in Smoothies verarbeiten oder sorgen als Topping für eine Extraportion wertvoller Fette und Proteine. Warum eignet sich Hanf so gut für den ökologischen Landbau? Hanf ist eine ideale Zwischenfrucht, da es sich um eine anspruchslose und robuste Pflanze handelt, die sowohl das Unkrautwachstum unterdrückt als auch mit ihren langen Wurzeln Wasser aus tieferen Bodenschichten zieht.

Zum Produkt

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	2479 kj
Brennwert kcal	592 kcal
Fett	48.8 g
davon gesättigte Fettsäuren	4.6 g
Kohlenhydrate	4.7 g
davon Zucker	1.5 g
Ballaststoffe	4 g
Eiweiß	31.6 g
Salz	0.013 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