Muskatnuss ganz bio

Die ganzen Muskatnüsse sind von brauner Farbe und haben eine ovale Form mit strukturierter Oberfläche. Der süßliche, leicht holzige Geschmack ist etwas ganz Besonderes. Häufig wird es zum Verfeinern von Kartoffelgerichten wie Kartoffelpürees und -gratins verwendet, eignet sich aber auch hervorragend für Gemüse, Suppen und Eintöpfe. Vervollständigt wird der Genuss gerne mit Macis, der geriebenen Schale der Muskatnuss, auch Muskatblüte genannt.

Zum Produkt

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	2251 kj
Brennwert kcal	538 kcal
Fett	36.3 g
davon gesättigte Fettsäuren	25.9 g
Kohlenhydrate	45 g
davon Zucker	22.5 g
Ballaststoffe	4 g
Eiweiß	5.8 g
Salz	0.04 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