

Leinsaat braun bio Europa, gartenkompostierbarer Beutel 6x500g

Bezeichnung: Leinsaat braun

Beschreibung: Bio-Leinsaat mit ovalen, flachen, mittelbraunen Samen mit leicht glänzender Oberfläche. Sie haben einen leicht nussigen Geschmack, einen hohen Ballaststoffgehalt und sind eine Proteinquelle. Leinsamen sind eine unverzichtbare Zutat für eine Vielzahl von Brot- und Brötchenspezialitäten, Müslis, Smoothies, als Topping für Müsli und Salate sowie für alle Kreationen, die eine Extraportion Ballaststoffe erhalten sollen.

Zubereitung: Ideal für Brot, Brötchen, Knäckebrot und Cracker sowie als Zutat für Müsli, Porridge oder Crunchies. Fein gemahlen können sie auch als Ei-Ersatz in veganen Backwaren verwendet oder zu Öl gepresst werden.

Zutaten: Leinsaat braun*

* aus kontrolliert biologischem Anbau

Rohkost: Nein

Fairtrade: Nein

Glutenfrei: Nein

Vegan: Ja

Superfood: Nein

Natürlich glutenfrei: Nein

Plastikfrei: Ja

Bio: Ja

Vorteilspackung: Nein

BIO-Kontrollstelle: DE-ÖKO-003

[Zum Produkt](#)

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	1920 kj
Brennwert kcal	459 kcal
Fett	30.9 g
davon gesättigte Fettsäuren	3 g
Kohlenhydrate	6.4 g
davon Zucker	0.4 g
Ballaststoffe	38.6 g
Eiweiß	19.5 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 Sulfid	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