

# Kümmel ganz bio 1kg

Kümmelsamen getrocknet, ganz. Die Samen schmecken süß, balsamisch, leicht herb und scharf. Mit seinem intensiven Aroma eignet er sich für Sauerteigbrote und herzhafte Backwaren wie Zwiebelkuchen. Er würzt auch Kraut-, Kohl- und Kartoffelgerichte sowie deftige Eintöpfe. Bei uns im Shop finden Sie auch [fein gemahlene Kümmel](#).

[Zum Produkt](#)

## Nährwerte

### Unzubereitet pro 100 g

|                             |          |
|-----------------------------|----------|
| Brennwert kj                | 1612 kj  |
| Brennwert kcal              | 385 kcal |
| Fett                        | 14.6 g   |
| davon gesättigte Fettsäuren | 0.6 g    |
| Kohlenhydrate               | 37.3 g   |
| davon Zucker                | 7.4 g    |
| Ballaststoffe               | 12.7 g   |
| Eiweiß                      | 19.8 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 |

Horst Bode Import-Export GmbH  
USt-IdNr.: DE154233667

|                           |      |
|---------------------------|------|
| 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 |