Bockshornkleesamen ganz bio

Ganze Samen des Bockshornklees. Die Samen sind hell- bis mittelbraun und haben einen anhaltenden, süßlich-bitteren, scharfen Geschmack. Ihr volles Aroma entfalten sie, wenn sie leicht geröstet werden - dabei wird auch die Bitterkeit gemildert. Die Samen erinnern geschmacklich ein wenig an Liebstöckel und sind ein wichtiger Bestandteil vieler Currymischungen. Sie eignen sich zum Würzen von Currys, Gemüse-, Hülsenfrüchte-, Fisch- und Fleischgerichten, als Brotgewürz und verleihen feinen Käsekreationen einen nussigen Geschmack.

Zum Produkt

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	1397 kj
Brennwert kj	1518 kj
Brennwert kcal	334 kcal
Brennwert kcal	363 kcal
Fett	6.4 g
davon gesättigte Fettsäuren	1.5 g
davon gesättigte Fettsäuren	0.7 g
Kohlenhydrate	33.8 g
Kohlenhydrate	48.3 g
davon Zucker	24.2 g
Ballaststoffe	24.6 g
Ballaststoffe	10 g
Eiweiß	23 g
Salz	0.17 g
Salz	0.1 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