Quinoa rot bio 6x500g

Quinoa zählt zu den Pseudogetreiden und wird entsprechend ähnlich wie Getreide zubereitet. Sein knackig frisches Aroma ergänzt exotische Gemüsegerichte, Aufläufe, Eintöpfe oder auch Bratlinge- ein Geheimtipp für Superfood-Kenner und eine hervorragende kulinarische Bereicherung.

Zum Produkt

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	1599 kj
Brennwert kj	1528 kj
Brennwert kcal	382 kcal
Brennwert kcal	365 kcal
Fett	6.1 g
Fett	5.9 g
davon gesättigte Fettsäuren	0.7 g
davon gesättigte Fettsäuren	0.5 g
Kohlenhydrate	64.2 g
Kohlenhydrate	62.4 g
davon Zucker	2.7 g
davon Zucker	1.8 g
Ballaststoffe	7 g
Ballaststoffe	6.9 g
Eiweiß	14.1 g
Eiweiß	12.2 g
Salz	0.01 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