

# Erbsen grün bio 500g

Getrocknete grüne Erbsen von fester Konsistenz. Sie sind klein bis mittelgroß, rund und schmecken süßlich mild. Die grünen Erbsen, auch Gartenerbsen oder Speiseerbsen genannt, haben einen geringen Gehalt an Fetten, sind ein guter Lieferant für Proteine und haben einen hohen Ballaststoffgehalt.

[Zum Produkt](#)

## Nährwerte

### Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	1264 kj
Brennwert kcal	302 kcal
Fett	1.4 g
davon gesättigte Fettsäuren	0.3 g
Kohlenhydrate	41.2 g
davon Zucker	3.5 g
Ballaststoffe	16.6 g
Eiweiß	22.9 g
Salz	0.06 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