Kokosmehl bio

Für die Herstellung des Kokosmehls wird das Kokosnussfleisch getrocknet, durch Pressung schonend teilentölt und anschließend fein vermahlen. Kokosmehl ist reich an Ballaststoffen und Eiweiß und enthält etwa 70% weniger Kohlenhydrate als Getreidemehl. Es eignet sich zum Kochen und Backen.

Zum Produkt

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	1306 kj
Brennwert kcal	312 kcal
Fett	12.8 g
davon gesättigte Fettsäuren	11.9 g
Kohlenhydrate	17.5 g
davon Zucker	16.5 g
Ballaststoffe	30.5 g
Eiweiß	16.5 g
Salz	0.325 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