Emmer bio 25kg

Der sogenannte Steinzeit Weizen, auch bekannt als Zweikorn, besitzt ein ähnlich hartes Korn wie Hartweizen. Er zählt als herzhaft würziger und als gut bekömmliches Urgetreide. Emmer liefert dabei Proteine und hat einen hohen Ballaststoffgehalt. Er lässt sich als Beilagen, für Suppen, Pfannengerichte und Salate oder auch geschrotet für Backwaren und Porridges verwenden.

Zum Produkt

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	1425 kj
Brennwert kcal	341 kcal
Fett	2.8 g
davon gesättigte Fettsäuren	0.1 g
Kohlenhydrate	62.3 g
davon Zucker	3.3 g
Ballaststoffe	7.9 g
Eiweiß	12.6 g
Salz	0.01 g

Allergene

glutenhaltiges Getreide	Ja
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	Ja