Granola Honig & Sesam (Hafer) bio

Für diese köstliche Granola-Komposition werden Haferflocken mit Honig im Ofen knusprig gebacken. Dazu kommen feine Saaten, Sultaninen und Zimt. Zusammen mit Milch, Joghurt oder einer pflanzlichen Alternative ergibt das ein feines, knuspriges Frühstück oder eine Zwischenmahlzeit. Lust auf Abwechslung? Es schmeckt auch als Topping auf Obstsalaten oder anderen Dessertkreationen.

Zum Produkt

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	1673 kj
Brennwert kcal	400 kcal
Fett	11.8 g
davon gesättigte Fettsäuren	2.4 g
Kohlenhydrate	58.8 g
davon Zucker	17.8 g
Ballaststoffe	8.2 g
Eiweiß	10.5 g
Salz	0.03 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	Ja
Hybridstämme	Nein
Kamut	Nein
Macadamia	Nein
Mandeln	Nein
Paranüsse	Nein
Pekanüsse	Nein
Pistazien	Nein
Roggen	Nein
Haselnüsse	Nein
Sesam	Ja
Walnüsse	Nein
Weizen	Nein