

# Hanfsamen ungeschält ungeröstet bio

Hanf ist die älteste Kultur- und Trendpflanze. Die Samen schmecken fein-nussig. Sie enthalten viele Nährstoffe: Hanfsamen enthalten viel Eiweiß und sind reich an mehrfach ungesättigten Fettsäuren, insbesondere Omega-3. Dieser Speisehanf hat keine berauschende Wirkung. Er darf nicht zur Aussaat verwendet werden.

[Zum Produkt](#)

## Nährwerte

### Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	1902 kj
Brennwert kcal	455 kcal
Fett	31.9 g
davon gesättigte Fettsäuren	3.1 g
Kohlenhydrate	3.3 g
davon Zucker	2.8 g
Ballaststoffe	34 g
Eiweiß	21.6 g
Salz	0.02 g

## Allergene

glutenhaltiges Getreide	Nein
Hühnerei	Nein
Erdnüsse	Nein
Milch	Nein
Sellerie	Nein
Sesamsamen	Nein
Lupine	Nein
Krebstiere	Nein
Fisch	Nein

Horst Bode Import-Export GmbH  
USt-IdNr.: DE154233667

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
Pekannüsse	Nein
Pistazien	Nein
Roggen	Nein
Haselnüsse	Nein
Sesam	Nein
Walnüsse	Nein
Weizen	Nein