# Sonnenblumenkerne Bakery bio Europa

Europäische Bio Sonnenblumenkerne der Bakery-Qualität werden reif geerntet und geschält. Die ovalen, bauchigen, weißgrauen Kerne haben einen leicht nussigen Geschmack und eine knackige Konsistenz. Die Ölsaat ist eine Eiweiß- und Ballaststoffquelle. Sonnenblumenkerne eignen sich gut für Brot, Brötchen und Gebäck, aber auch als Zutat im Frühstücksmüsli oder als Snack für zwischendurch. Zart geröstet verfeinern sie Salate und geben süßen und herzhaften Gerichten eine knusprige Note. Weitere Saaten für Ihre Produkte finden Sie hier.

Zum Produkt

## Nährwerte

**Unzubereitet pro 100 g**

| | |
|---|---|
| Brennwert kj | 2550 kj |
| Brennwert kcal | 610 kcal |
| Fett | 51.5 g |
| davon gesättigte Fettsäuren | 4.5 g |
| Kohlenhydrate | 11.4 g |
| davon Zucker | 2.6 g |
| Ballaststoffe | 8.6 g |
| Eiweiß | 20.8 g |
| Salz | 0.022 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 |