Erdnusskerne blanchiert ungeröstet bio

Unsere blanchierten, ungerösteten Bio-Erdnusskerne sind elfenbeinfarbig, haben eine glatte Oberfläche und einen knackigen Biss. Aufgrund des Herstellungsverfahrens sind auch Erdnusskernhälften enthalten. Die kleinen Kerne sind reich an Ballaststoffen und eine wertvolle Eiweißquelle. Da sie keine Haut mehr haben, sind sie besonders unkompliziert zu verarbeiten. Durch leichtes Rösten entfaltet sich ihr feines Aroma. Geröstet verfeinern sie Backwaren, Desserts und passen zu vielen asiatischen Gerichten, nicht nur in der veganen und vegetarischen Küche. Wussten Sie schon, dass die Erdnuss eigentlich gar keine Nuss ist? Botanisch gesehen gehört sie wie Erbsen und Bohnen zur Familie der Hülsenfrüchte. Aufgrund ihrer Nährstoffdichte und Verwendung wird sie jedoch oft als Nuss wahrgenommen und verwendet.

Zum Produkt

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	2483 kj
Brennwert kcal	593 kcal
Fett	49.2 g
davon gesättigte Fettsäuren	6.3 g
Kohlenhydrate	7.6 g
davon Zucker	4.7 g
Ballaststoffe	8.5 g
Eiweiß	25.8 g
Salz	0.05 g

Allergene

glutenhaltiges Getreide	Nein
Hühnerei	Nein
Erdnüsse	Ja
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