Flohsamenschalen gemahlen bio

Die Schalen der Flohsamen sind ballaststoffreich (85g/100g) und haben ein hohes Quellvermögen. Daher ist es wichtig, sie mit reichlich Flüssigkeit zu verzehren. Sie sind nahezu geschmackneutral und ergänzen Müsli, Toppings, Smoothies und Gebäck.

Zum Produkt

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	849 kj
Brennwert kcal	203 kcal
Fett	1 g
davon gesättigte Fettsäuren	0.1 g
Kohlenhydrate	3.6 g
davon Zucker	0.5 g
Ballaststoffe	82 g
Eiweiß	3.9 g
Salz	0.28 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