Haferflocken fein bio, gartenkompostierbarer Beutel 6x500g

Kleine, zarte Haferflocken, eine ballaststoffreiche Proteinquelle. Ein Klassiker zur Zubereitung von Porridge, Brei, feinen Müslis, Backwaren oder herzhaften Bratlingen. Zubereitung als Porridge/Brei: Mit etwa 5-facher Menge Wasser, Milch oder pflanzlicher Alternative aufkochen, gut verrühren und 3-5 Minuten ziehen lassen. Je nach gewünschter Konsistenz kann der Brei mit mehr Flocken oder Flüssigkeit zubereitet werden. Für Abwechslung sorgen z. B. frische Früchte, Apfelmus, etwas Zimt oder ein paar Schokotropfen

Zum Produkt

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	1550 kj
Brennwert kcal	371 kcal
Fett	6.7 g
davon gesättigte Fettsäuren	1.1 g
Kohlenhydrate	59.5 g
davon Zucker	0.8 g
Ballaststoffe	9.7 g
Eiweiß	13.2 g
Salz	0.005 g

Allergene

glutenhaltiges Getreide	Ja
glutenhaltiges Getreide	Nein
glutenhaltiges Getreide	Ja
glutenhaltiges Getreide	Nein
glutenhaltiges Getreide	Ja
glutenhaltiges Getreide	Nein
glutenhaltiges Getreide	Ja
glutenhaltiges Getreide	Nein
glutenhaltiges Getreide	Ja
glutenhaltiges Getreide	Nein
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
Hafer	Nein
Hafer	Ja
Hafer	Nein
Hafer	Ja
Hafer	Nein
Hafer	Ja
Hafer	Nein
Hafer	Ja
Hafer	Nein
Hafer	Ja
Hybridstämme	Nein

Kamut	Nein
Macadamia	Nein
Mandeln	Nein
Paranüsse	Nein
Pekanüsse	Nein
Pistazien	Nein
Roggen	Nein
Haselnüsse	Nein
Sesam	Nein
Walnüsse	Nein
Weizen	Nein