

Haferflocken fein bio, gartenkompostierbarer Beutel 6x500g

Bezeichnung: Haferflocken fein

Beschreibung: 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

Zubereitung: Zubereitung als Brei: Mit etwa 5-facher Menge Wasser oder Milch aufkochen lassen, ordentlich verrühren und 3-5 Minuten ziehen lassen. Je nach Bedarf kann der Brei mit mehr Flocken oder Milch variiert werden.

Zutaten: Haferflocken*

* aus kontrolliert biologischem Anbau

Rohkost: Nein

Fairtrade: Nein

Glutenfrei: Nein

Vegan: Ja

Superfood: Nein

Natürlich glutenfrei: Nein

Plastikfrei: Ja

Bio: Ja

Vorteilspackung: Nein

BIO-Kontrollstelle: DE-ÖKO-003

[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

Example Company

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 Sulfid	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