

Leinsaat braun bio Europa 6x500g

Bio-Leinsaat mit ovalen, flachen, mittelbraunen Samen mit leicht glänzender Oberfläche. Sie haben einen leicht nussigen Geschmack, einen hohen Ballaststoffgehalt und sind eine Proteinquelle. Leinsamen sind eine unverzichtbare Zutat für eine Vielzahl von Brot- und Brötchenspezialitäten, Müslis, Smoothies, als Topping für Müsli und Salate sowie für alle Kreationen, die eine Extraportion Ballaststoffe erhalten sollen.

[Zum Produkt](#)

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

| | |
|-----------------------------|----------|
| Brennwert kj | 1920 kj |
| Brennwert kcal | 459 kcal |
| Fett | 30.9 g |
| davon gesättigte Fettsäuren | 3 g |
| Kohlenhydrate | 6.4 g |
| davon Zucker | 0.4 g |
| Ballaststoffe | 38.6 g |
| Eiweiß | 19.5 g |
| Salz | 0.015 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 Sulfid | Nein |
| Weichtiere | Nein |
| Cashews | Nein |
| Dinkel | Nein |
| Gerste | Nein |
| Hafer | Nein |
| Hybridstämme | Nein |
| Kamut | Nein |
| Macadamia | Nein |
| Mandeln | Nein |
| Paranüsse | Nein |
| Pekannüsse | Nein |
| Pistazien | Nein |
| Roggen | Nein |
| Haselnüsse | Nein |
| Sesam | Nein |
| Walnüsse | Nein |
| Weizen | Nein |