

Weiße Bohnen Riesen bio 6x500g | ab Juni 25 wieder verfügbar

Bezeichnung: Weiße Bohnen Riesen

Beschreibung: Weiße Riesenbohnen kochen im Kern leicht mehlig, haben eine feste Schale und einen süßlich-aromatischen Geschmack. Beliebt als mediterrane Vorspeise mit Tomaten, für Suppen, Eintöpfe, Pürees und Pfannengerichte.

Zubereitung: Bohnen über Nacht einweichen und danach abwaschen. 1 Tasse Bohnen mit etwa 3 Tassen Wasser ca. 1,5 Stunden bei geringer Hitze garen. Danach salzen. Beliebt als gut gewürzte mediterrane Vorspeise mit Tomaten, auch für Suppen, Pürees und Pfannengerichte.

Zutaten: Weiße Bohnen*

* aus kontrolliert biologischem Anbau

Rohkost: Nein
Fairtrade: Nein
Glutenfrei: Nein
Vegan: Ja
Superfood: Nein
Natürlich glutenfrei: Nein
Plastikfrei: Nein
Bio: Ja
Vorteilspackung: Nein

BIO-Kontrollstelle: DE-ÖKO-003

[Zum Produkt](#)

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	1236 kj
Brennwert kcal	295 kcal
Fett	1.3 g
davon gesättigte Fettsäuren	0.2 g
Kohlenhydrate	36.2 g
davon Zucker	2.3 g
Ballaststoffe	24.4 g
Eiweiß	22.5 g
Salz	0.012 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
Pekanüsse	Nein
Pistazien	Nein
Roggen	Nein
Haselnüsse	Nein
Sesam	Nein
Walnüsse	Nein
Weizen	Nein