

# Koriander ganz bio 1kg

**Bezeichnung:** Koriander ganz

**Beschreibung:** Unsere ganzen, getrockneten Bio-Koriandersamen zeichnen sich durch ihre markante gelb-bräunliche Farbe und kugelförmige Form aus. Der einzigartige süßliche, leicht zitrusartige Geschmack, macht sie zu einem unverzichtbaren Bestandteil in der indischen, arabischen und asiatischen Küche. Oftmals werden sie mit weiteren Gewürzen wie Muskatnuss, Fenchel, Pfeffer, Chili, Nelken, Ingwer und Kreuzkümmel kombiniert, um ein komplexes und vielschichtiges Aroma zu erzeugen. Aber nicht nur in herzhaften Gerichten finden sie ihren Platz sondern auch in Backwaren wie Sauerteigbrotten und Weihnachtsgebäck. Für diejenigen, die eine feinere Textur bevorzugen, bieten wir auch [gemahlene Koriander](#) in unserem Shop an.

**Zubereitung:** Bio Koriandersamen sind ein vielseitiges Gewürz, das in vielen Küchen auf der ganzen Welt verwendet wird. Sie verleihen vielen Gerichten wie indischen Currys, marokkanischen Spezialitäten und europäischen Eintöpfen und Gebäck ein einzigartiges, warmes, süßes und leicht zitrusartiges Aroma.

**Zutaten:** Koriandersamen ganz\*

\* 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                | 1545 kj  |
| Brennwert kj                | 1555 kj  |
| Brennwert kcal              | 369 kcal |
| Brennwert kcal              | 372 kcal |
| Fett                        | 17.8 g   |
| davon gesättigte Fettsäuren | 1 g      |
| Kohlenhydrate               | 18.9 g   |
| Kohlenhydrate               | 25.9 g   |
| davon Zucker                | 1 g      |
| davon Zucker                | 24.6 g   |
| Ballaststoffe               | 41.9 g   |
| Ballaststoffe               | 29.1 g   |
| Eiweiß                      | 12.4 g   |
| Salz                        | 0.088 g  |
| Salz                        | 0.09 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 Sulfite | 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 |