Kokosraspel medium bio 1kg

Kokosraspeln der Größe medium. Die mittelfeinen, cremeweißen Raspeln haben eine feste Konsistenz und einen milden, süßlich-milchigen Geschmack. Sie sind ballaststoffreich. Die Raspeln eignen sich hervorragend zum Backen und sind nicht nur in der Weihnachtszeit beliebt. Neben Kokosmakronen lassen sich allerlei Leckereien kreieren. Sie eignen sich aber auch pur oder leicht angeröstet zum Kochen von herzhaften und süßen Gerichten sowie zum Dekorieren von süßen Backwaren, Obstsalaten und anderen Desserts. So einfach kann eine kulinarische Reise in die Karibik sein. Gut zu wissen: Die Kokosnuss ist botanisch gesehen keine Nuss, sondern gehört wie Aprikosen, Kirschen, Mangos, Kaffeebohnen und Oliven zu den Steinfrüchten. Insgesamt bietet sie uns eine Vielzahl von Verwendungsmöglichkeiten. So schätzen wir je nach Rezept das Kokoswasser ebenso wie die cremige Kokosmilch oder das Kokosöl. In den Ursprungsländern dient die harte Schale als Brennmaterial und die faserige Schicht kann für Textilien wie Teppiche oder Körbe und sogar als Dämmmaterial verwendet werden.

Zum Produkt

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	2801 kj
Brennwert kcal	670 kcal
Fett	64.5 g
davon gesättigte Fettsäuren	57.2 g
Kohlenhydrate	7.4 g
davon Zucker	7.4 g
Ballaststoffe	16.3 g
Eiweiß	6.7 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 Sulfit	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