

Økologisk Dinkel

Betegnelse: Spelt

Beskrivelse: Økologisk Dinkel er en gammel, med hvede beslægtet kornsort. Det er et traditionelt brødkorn og kendes på sin kraftige, nøddeagtige smag. De lange, lysebrune korn er en kilde til protein og kostfiber. De egner sig fint kvalt eller finformalet til en lang række bagværk som brød, rullebrød, men også kager og kiks. Dinkel er også en populær køkkentilbehør til kogning: Som risalternativ, i suppen, i salater eller forskellige fyld. Vidste du, at [Grünkern](#) er en dinkel, der høstes grøn, før den er fuldt moden, og derefter tørres (darres)? Dette giver den dens karakteristiske nøddeagtige, let røgede smag.

Forberedelse: Fintformalet til bagning af brød, rullebrød, kager, muffins og kiks. Kogt som tilbehør, til suppen, salater, fyld eller gratiner. Til "Dinkelris" lade dinkel bløde over nat i det 2,5-dobbelte vand, skyl af og kog i saltet vand i ca. 30-45 minutter.

Ingrediens: spelt*

* from controlled organic cultivation
Bemærk: Af juridiske årsager udsteder vi kun ingredienslisten på engelsk. Venligst henvend dig til en engelsktalende betroet person eller brug en oversættelsesfunktion, hvis indholdet er uklart. Bode Naturkost påtager sig ikke ansvar for indholdsmangler eller andre fejl forårsaget af uafhængig oversættelse.

Råkost: Nej
Fairtrade: Nej
Glutenfri: Nej
Veganer: Ja
Superfood: Nej
Naturligt glutenfri: Nej
Plastfri: Nej
Økologisk: Ja
Multi-pakke: Vi handler denne vare i forskellige emballageenheder. Den aktuelle emballagestørrelse er 25kg. Den endelige emballageenhed fremgår af ordrebekræftelsen.
Værdipakke: Nej

Øko-kontrolpunkt: DE-ÖKO-003

[Produkt](#)

Nutritional values

Unprepared per 100 g

Calorific value kj	1420 kj
Calorific value kcal	339 kcal
Fat	2.4 g
Of which saturated fatty acids	0.4 g
Carbohydrates	59.5 g
Of which sugar	6.8 g
Fibers	10.7 g
Protein	14.6 g
Salt	0.02 g

Allergens

Gluten-containing cereal	Yes
Chicken egg	No

Peanuts	No
Milk	No
Celery	No
Sesame seeds	No
Lupines	No
Crustaceans	No
Fish	No
Soy	No
Nuts	No
Mustard	No
Sulfur dioxide and sulphite	No
Molluscs	No
Cashews	No
Spelt	Yes
Barley	No
Oat	No
Hybrid Strains	No
Kamut	No
Macadamia	No
Almonds	No
Brazil Nuts	No
Pecans	No
Pistachios	No
Rye	No
Hazelnuts	No
Sesame	No
Walnuts	No

Wheat

No