

Økologisk amarant

Betegnelse: Amaranth

Beskrivelse: Økologisk amarant har været en vigtig del af Maya- og Inkaernes køkken som et økologisk urkorn. Den er naturligt glutenfri og har en nøddeagtig smag. Den er en god kilde til protein og ballaststoffer. Amarant kan bruges til mange forskellige retter, både som tilbehør til grøntsags- og kødretter, fyld, supper, ovnbakninger, panderetter og salater. Den kan også nydes som en varm morgenmad tilberedt med en cremet, plantebaseret alternative, bær og nødder. Du kan også finde luftig, økologisk gepuffet amarant i vores butik.

Forberedelse: Tilberedning: Kog 1 kop amarant i 2 kopper saltvand eller grøntsagsbouillon i ca. 25 minutter på lav varme. Lad derefter hvile i 5 minutter. Amarant kan bruges til mange forskellige retter, både som tilbehør, fyld, supper, ovnbakninger, salater, panderetter og meget mere.

Ingrediens: amaranth*

* 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: Ja
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	1528 kj
Calorific value kcal	365 kcal
Fat	7 g
Of which saturated fatty acids	1.5 g
Carbohydrates	58.6 g
Of which sugar	1.7 g
Fibers	6.7 g
Protein	13.6 g
Salt	0.013 g

Allergens

Gluten-containing cereal	No
Chicken egg	No

Example Company

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	No
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