

Økologisk skållet havre

Betegnelse: Oats

Beskrivelse: Den mildt søde havre er egnet til formaling til bagværk eller som grød til en let morgenmad. Som hele korn kan den også nydes som boller, salat eller tilbehør. Havre er en kilde til protein og har en høj indhold af kostfibre.

Forberedelse: Tilberedning: Enten male til yderligere forarbejdning eller koge, hvis du vil nyde den. Hvis du vil koge den, lad den koge med dobbelt så meget vand ved svag varme i 20-25 minutter og lad den derefter hvile i 10-15 minutter.

Ingridients: oats*

* 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	1460 kj
Calorific value kcal	349 kcal
Fat	7.1 g
Of which saturated fatty acids	1.5 g
Carbohydrates	55.7 g
Of which sugar	1.1 g
Fibers	9.7 g
Protein	10.7 g
Salt	0.02 g

Allergens

Gluten-containing cereal	Yes
Chicken egg	No
Peanuts	No

Example Company

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	Yes
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