

Grønne ærter økologisk

Betegnelse: Green peas

Beskrivelse: Tørrede grønne økologiske ærter er lysgrønne og har en fast konsistens. De er små til middelstore, runde og har en sødlig-mild smag. De kaldes også havreærter eller spiseærter. Som andre ballegefrugter er de lavtfedtede og udmærker sig ved en høj indhold af protein og kostfibre. Dette gør dem til en ideal ingrediens til enhver køkken, enten som suppe, pålæg eller tilbehør. VIDEN: De tilhører familien af ballegefrugter og bidrager til sundheden af vores jord. Deres rødder binder kvælstof fra luften og øger dermed jordens frugtbarhed. Deres blomster er en velkommen fødekilde for mange insekter. Du har brug for en kortere kogetid uden indblødning? Så brug vores [halve grønne økologiske ærter](#) halve grønne økologiske ærter.

Forberedelse: Indblød grønne ærter i ca. 12 timer og kog derefter i frisk vand i ca. 60-90 minutter. De er særligt egnet til supper og vegetariske eller veganske pålæg som erte-guacamole, men også som ingrediens til salater eller tilbehør.

Ingridients: peas*

* 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	1264 kj
Calorific value kcal	302 kcal
Fat	1.4 g
Of which saturated fatty acids	0.3 g
Carbohydrates	41.2 g
Of which sugar	3.5 g
Fibers	16.6 g
Protein	22.9 g
Salt	0.06 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