

Røde nyrebønner økologisk

Betegnelse: Red kidney beans

Beskrivelse: Modne, tørrede, mørkerøde nyrebønner. Nyrebønner hører til familien af balstfrugter og skylder deres navn deres nyreformede udseende. De stammer oprindeligt fra Mellem- og Sydamerika og dyrkes i dag over hele verden. Nyrebønner har en sødlig-mild smag, der let minder om kastanjer. De er velsmagende og fuldpakede med næring, er de rige på kostfibre og proteiner. I køkkenet er nyrebønner særligt alsidige: uanset om i chili con carne, andre kødretter, salater, pålæg eller boller, de er altid et godt valg. Med vores [økologiske sorte bønner](#) bringer du en yderligere farve i din køkken.

Forberedelse: Lad nyrebønner blødgøre over nat og spol derefter af. 1 kop bønner med ca. 3 kopper vand ca. 60-90 minutter ved lav varme, derefter krydre. De er en vigtig ingrediens i chili con carne, egner sig fremragende til salater, supper og gryderetter og er ideelle til mange vegetariske og veganske retter som boller, wraps eller pålæg.

Ingridients: kidney beans red*

* 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	1317 kj
Calorific value kcal	315 kcal
Fat	1.1 g
Of which saturated fatty acids	0.2 g
Carbohydrates	46.1 g
Of which sugar	2.1 g
Fibers	15.2 g
Protein	22.5 g
Salt	0.03 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