

Brun linser økologisk (Tallerken, Laird)

Betegnelse: Brown lentils

Beskrivelse: Modne, tørrede brune linser. Disse linser kaldes også tallerkenlinser på grund af deres størrelse og flade form. De har en mild, fin nøddeagtig smag. Deres farve er grøn til brun, indersiden gul. Tallerkenlinser er rige på protein og kostfibre og en berejring i din køkken. På grund af deres kogningsejenskaber er de ideelle til supper og gryderetter. Ønsker du at lave en salat, anbefaler vi dig vores [Grønne linser \(marmoreret\) økologisk](#) eller [Sort linser økologisk \(Beluga\)](#).

Forberedelse: For at forkorte kogetiden indlægge linser i koldt vand i 3-4 timer og derefter skylle dem af. Herefter koge dem i den tredobbe mængde vand i ca. 30 minutter ved lav temperatur, derefter tilsæt salt. Uden indlægning koger linserne i ca. 45-60 minutterTraditionel linsetype til supper, gryderetter eller püréeer.

Ingrediens: lentils brown*

* 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	1274 kj
Calorific value kcal	304 kcal
Fat	1.6 g
Of which saturated fatty acids	0.2 g
Carbohydrates	40.6 g
Of which sugar	2 g
Of which sugar	1.1 g
Fibers	17 g
Protein	23.4 g
Salt	0.018 g
Salt	0.02 g

Allergens

Example Company

Gluten-containing cereal	No
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	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