

# Skållede urostedede hampfrø økologisk

**Betegnelse:** Hemp seeds, peeled and unroasted

**Beskrivelse:** Hamp er et af de ældste dyrkede planter, en naturlig superfood og en aktuel tendens. Økologiske hampfrø smager fin-nøddeagtigt, indeholder meget protein og er rige på flerumættede fedtsyrer, især omega-3. Vhether i saltede retter som salater og supper, i søde retter som müsli og porridge eller som ingrediens i barre, energikugler og bagværk - hampfrø er mangfoldige anvendelige og tilføjer hvert rett en næringskick. De kan også forarbejdes fremragende i smoothies eller sørge for en ekstra portion værdifulde fedtstoffer og proteiner som topping. Hvorfor egner hamp sig så godt til økologisk landbrug? Hamp er en ideal mellemfrugt, da det drejer sig om en krævende og robust plante, der både undertrykker ukrudtsvækst og med sine lange rødder trækker vand fra dybere jordlag.

**Forberedelse:** Hampfrø smager fin-nøddeagtigt. Til sødt og saltet som müslier, barre, energikugler, salater, suppere eller i smoothies og bagværk.

**Ingridients:** hemp seeds hulled\*

\* 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:** Ja  
**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             | 2479 kj  |
| Calorific value kcal           | 592 kcal |
| Fat                            | 48.8 g   |
| Of which saturated fatty acids | 4.6 g    |
| Carbohydrates                  | 4.7 g    |
| Of which sugar                 | 1.5 g    |
| Fibers                         | 4 g      |
| Protein                        | 31.6 g   |
| Salt                           | 0.013 g  |

## Allergens

|                          |    |
|--------------------------|----|
| 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 |