

Økologiske dinkelhavregryn, komposterbar pose 6x500g

Betegnelse: Spelt flakes

Beskrivelse: Dinkelhavregryn er en kryddret og fiberrig alternativ til havregryn og kan bruges lige så vel til porridge, müsli eller i bagværk - en god kilde til protein og fibre.

Forberedelse: Tilberedning: Kog op med ca. 5 gange så meget vand eller mælk, rør godt sammen og lad stå i 3-5 minutter. Brug flere flager eller mælk efter behov for at variere konsistensen af grøden.

Ingridients: spelt flakes*

* 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: Ja
Økologisk: Ja
Værdipakke: Nej

Øko-kontrolpunkt: DE-ÖKO-003

[Produkt](#)

Nutritional values

Unprepared per 100 g

Calorific value kj	1441 kj
Calorific value kcal	345 kcal
Fat	1.7 g
Of which saturated fatty acids	0.3 g
Carbohydrates	60.3 g
Of which sugar	0.7 g
Fibers	10 g
Protein	17 g
Salt	0.01 g

Allergens

Gluten-containing cereal	Yes
Gluten-containing cereal	No
Gluten-containing cereal	Yes

Gluten-containing cereal	No
Gluten-containing cereal	Yes
Gluten-containing cereal	No
Gluten-containing cereal	Yes
Gluten-containing cereal	No
Gluten-containing cereal	Yes
Gluten-containing cereal	No
Gluten-containing cereal	Yes
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	Yes
Spelt	No
Spelt	Yes
Spelt	No
Spelt	Yes

Spelt	No
Spelt	Yes
Spelt	No
Spelt	Yes
Spelt	No
Spelt	Yes
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