

Grønne marmorerede linser (Økologisk) 6x500g

Betegnelse: Green lentils

Beskrivelse: Modne, tørrede grønne linser med fast konsistens. Linserne er mørkegrønne marmorerede, runde, flade og særligt små og har en markant nøddeagtig smag. Den grønne linse er en særlig ædel linseart og dyrkes i Canada. Disse linser har en lav indhold af fedtstoffer, en høj indhold af kostfibre og er en god kilde til proteiner. De er faste til kogning og derfor særligt egnet til salater, supper og som tilbehør.

Forberedelse: Spølg linserne grundigt i løbende vand og kog dem i dobbelt til tredobbelt mængde vand i 20 til 30 minutter. Krydret linserne efter smag under kogningen. En smule eddike, kommen, fennikel eller ingefær kan forbedre fordøjelsen.

Ingridients: lentils green*

* 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
- Værdipakke:** Nej

Øko-kontrolpunkt: DE-ÖKO-003

[Produkt](#)

Nutritional values

Unprepared per 100 g

Calorific value kj	1425 kj
Calorific value kcal	341 kcal
Fat	1.1 g
Of which saturated fatty acids	0.2 g
Carbohydrates	52.7 g
Of which sugar	2 g
Fibers	10.7 g
Protein	24.6 g
Salt	0.015 g

Allergens

Gluten-containing cereal	No
Chicken egg	No
Peanuts	No

Example Company

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