

Økologisk hirse, havekomposterbar pose 6x500g

Betegnelse: Millet

Beskrivelse: Vor europæiske hirse har en mild, sødlig og nøddeagtig smag. Den er en kilde til kostfiber og er en fordøjelig køkkeningrediens. Den er perfekt til både søde retter og hjertevarme måltider: som tilbehør, panderet, fyld, grød eller tilbaget som ingrediens i bagværk. Den kan også males til mel.

Forberedelse: Tilbehør for 4 personer: 1 kop hirse koges i 350 ml vand eller mælk i ca. 5 minutter. Reducer varmen og lad den hvile i 15 minutter, derefter smag til. Den kan anvendes på mange forskellige måder, både i pikante og søde retter med grøntsager, urter eller frugter, til overbæk, frikadeller, supper eller grød.

Ingridients: millet*

* 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: Ja
Plastfri: Ja
Økologisk: Ja
Værdipakke: Nej

Øko-kontrolpunkt: DE-ÖKO-003

[Produkt](#)

Nutritional values

Unprepared per 100 g

Calorific value kj	1507 kj
Calorific value kcal	360 kcal
Fat	3.9 g
Of which saturated fatty acids	0.9 g
Carbohydrates	68.8 g
Of which sugar	1.4 g
Fibers	3.8 g
Protein	10.6 g

Allergens

Gluten-containing cereal	No
Chicken egg	No
Peanuts	No
Milk	No

Example Company

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