

Nøgen havre økologisk 6x500g

Betegnelse: Hulless oats (Organic)

Beskrivelse: Vor økologiske nøgen havre vokser naturligt uden skaller. Dette gør nøgen havre særligt egnet som basis for mange forskellige tilberedningsmetoder. Nøgen havre kan bruges som en proteinkilde og har en høj indhold af ballaststoffer. Som morgenmadsbasis er havre næsten uundværlig for os, og den er ikke bare perfekt til müsli og grød, men også som skåret korn til friskkorngrød. Finmalet giver den bagværk en nøddeagtig smag, og som helt korn er den egnet til brød og kogt som tilbehør, til stegekød, gratiner og salater.

Forberedelse: Tilberedning som ris: Spil nøgen havre og lad den koge i dobbelt så meget vand i 35-45 minutter. En lækker tilbehør, der bringer variation til bordet. Som friskkorngmüsli: Lad den skårene havre blødgøre i en halv time i vand og nyde derefter med frugter, nødder, krydderier eller sødet efter smag.

Ingredients: naked oats*

* 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	1470 kj
Calorific value kj	1460 kj
Calorific value kcal	351 kcal
Calorific value kcal	349 kcal
Fat	7.1 g
Of which saturated fatty acids	1.5 g
Carbohydrates	56 g
Carbohydrates	55.7 g
Of which sugar	1.1 g
Fibers	9.7 g
Protein	11 g
Protein	10.7 g
Salt	0.02 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	No
Barley	No
Oat	Yes
Oat	No
Oat	Yes
Oat	No
Oat	Yes
Oat	No
Oat	Yes
Oat	No
Oat	Yes
Oat	No
Oat	Yes
Oat	No
Oat	Yes

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