

Rød quinoa Økologisk 6x500g

Betegnelse: Red quinoa

Beskrivelse: Rød quinoa er en del af pseudocerealierne og tilberedes derfor lignende som korn. Dens friske, knusprige aroma supplerer eksotiske grøntsagsretter, ovnbakke, gryderetter eller endda bratlinge - en hemmelig tip til superfood-kendere og en fremragende kulinarisk berigelse. Økologisk produkt: Quinoa rød

Forberedelse: Tilbehør for 4 personer: Hæld 1 kop quinoa i et sigte og skyl det af. Opvarm 2 kopper saltet vand eller grøntsagsbouillon, tilføj 1 kop quinoa og lad det koge i kort tid. Reducer varmen og lad quinoaen koge i ca. 15-20 minutter. Kombiner efter ønske med grøntsager, frugter, fisk, kød eller plantebaserede alternative. Egner sig også som grundlag for bratlinge, ovnbakke og fyld.

Ingridients: quinoa red*

* 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: Ja

Plastfri: Nej

Økologisk: Ja

Værdipakke: Nej

Øko-kontrolpunkt: DE-ÖKO-003

[Produkt](#)

Nutritional values

Unprepared per 100 g

Calorific value kj	1599 kj
Calorific value kj	1528 kj
Calorific value kcal	382 kcal
Calorific value kcal	365 kcal
Fat	6.1 g
Fat	5.9 g
Of which saturated fatty acids	0.7 g
Of which saturated fatty acids	0.5 g
Carbohydrates	64.2 g
Carbohydrates	62.4 g
Of which sugar	2.7 g
Of which sugar	1.8 g
Fibers	7 g
Fibers	6.9 g
Protein	14.1 g
Protein	12.2 g
Salt	0.01 g

Allergens

Gluten-containing cereal	No
Chicken egg	No
Peanuts	No
Milk	No
Celery	No
Sesame seeds	No
Lupines	No

Example Company

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