

# Økologiske Paranødder 500g

**Betegnelse:** Paranut kernels

**Beskrivelse:** Paranødderne har en elfenbensfarvet kerne med brune huddele. De har en knækket konsistens og en mild, aromatisk smag. 500 g indeholder ca. 110 til 180 kerner. Paranødder er rige på kostfiber. De vokser vildt i Amazonas' regnskove og bliver samlet der, ikke høstet. De kommer fra Bolivia, Brasilien eller Peru.

**Ingridients:** brazil nut kernels\*

\* 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             | 2899 kj  |
| Calorific value kcal           | 693 kcal |
| Fat                            | 67.1 g   |
| Of which saturated fatty acids | 16.1 g   |
| Carbohydrates                  | 4.2 g    |
| Of which sugar                 | 2.3 g    |
| Fibers                         | 7.5 g    |
| Protein                        | 14.3 g   |
| Salt                           | 0.075 g  |

## Allergens

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

|                             |     |
|-----------------------------|-----|
| Celery                      | No  |
| Sesame seeds                | No  |
| Lupines                     | No  |
| Crustaceans                 | No  |
| Fish                        | No  |
| Soy                         | No  |
| Nuts                        | Yes |
| Nuts                        | No  |
| Nuts                        | Yes |
| Nuts                        | No  |
| Nuts                        | Yes |
| Nuts                        | No  |
| Nuts                        | Yes |
| 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                 | Yes |
| Brazil Nuts                 | No  |
| Brazil Nuts                 | Yes |

|             |     |
|-------------|-----|
| Brazil Nuts | No  |
| Brazil Nuts | Yes |
| Brazil Nuts | No  |
| Brazil Nuts | Yes |
| Pecans      | No  |
| Pistachios  | No  |
| Rye         | No  |
| Hazelnuts   | No  |
| Sesame      | No  |
| Walnuts     | No  |
| Wheat       | No  |