



Zutatenliste
der
Egle Lebensmittel

Stand: 13.07.2021

Hinweis:

Da wir fortwährend unsere Produkte überarbeiten
und verbessern, behalten wir uns Änderungen
der Zutaten vor.

Wilhelm Egle GmbH, Hauptstr. 47, 89284 Pfaffenhofen
Tel.: 07302 8121, Fax: 07302 8150
Internet: www.egle.de, E-Mail: kontakt@egle.de

Inhaltsverzeichnis

Speiseöle, sortenrein	3	Suppeneinlagen	61
Brat- und Frittieröle	8	Nudeln	62
Balance- und Rohkostöle	10	Kuchen und Gebäck	64
Würzen	12	Meisterkekse	68
Essige	14	Schokolade	71
Salat-Dressings	15	Müsli, Frühstücksbrei	73
Fische in Pflanzenöl	17	Frühstückskekse	79
Fische naturell	19	Trockenfrüchte, Nüsse	80
Fische in Saucen	20	Riegel und Schnitten	84
Fischpasteten	22	Fruchtgummi-Spezialitäten	87
Fischsalate	23	Heißgetränke	89
Fischzubereitungen	25	Brot	91
Meeresfrüchte	26	Edel-Frucht	93
Pasteten, pflanzlich	27	Fruchtzubereitungen	96
Schmalz, pflanzlich	29	Alternatives Süßen	97
Vegetarische Streichcremes	30	Honig	97
Wurst	32	Nuss-Nougat-Creme	98
Puten-Wurst	34	Pur aus der Natur	99
Rinder-Wurst	36	Für Ihr Wohlbefinden	103
Käse	38	Rotwein	108
Fertiggerichte mit Rind-/ Kalbfleisch	40	Rosé	110
Fertiggerichte mit Wild	46	Weißwein	111
Fertiggerichte mit Geflügelfleisch	47	Schaumwein	113
Fertiggerichte mit Fisch	49	Likör, Spirituosen	114
Vegetarische Fertiggerichte	51	Knabbern	115
Suppen	54	Weihnachten	117
Soßen	56		

Anhang

- Allergenliste
- Produktpässe

Speiseöle, sortenrein

Avocado-Öl nativ 0,25l

Avocadoöl kaltgepresst

0008

Zutaten: Avocadoöl
Herkunft: Südafrika

100 ml enthalten durchschnittlich:
Energie: 3404 kJ/ 828 kcal
Fett: 92 g
davon
- gesättigte Fettsäuren: 17 g
- einfach ungesättigte Fettsäuren: 65 g
- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 10 g
Kohlenhydrate: 0 g
davon
- Zucker: 0 g
Eiweiß: 0 g
Salz: 0 g
Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.
Dunkel und nicht über 20°C lagern.

Back-Öl Mandel 250 ml

Pflanzenöl mit natürlichem Aroma (Backöl mit Mandelgeschmack)

0087

Zutaten: Rapsöl, natürliches Aroma.

100 ml enthalten durchschnittlich:
Energie: 3404 kJ/ 828 kcal
Fett: 92 g
davon
- gesättigte Fettsäuren: 7 g
- einfach ungesättigte Fettsäuren: 60 g
- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 25 g
Kohlenhydrate: 0 g
davon
- Zucker: 0 g
Eiweiß: 0 g
Salz: 0 g
Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Back-Öl Vanille 250ml

Backöl mit Vanillegeschmack (Pflanzenöl mit natürlichem Aroma)

0089

Zutaten: Rapsöl, natürliches Aroma

100 ml enthalten durchschnittlich:
Energie: 3404 kJ/ 828 kcal
Fett: 92 g
davon
- gesättigte Fettsäuren: 6,8 g
- einfach ungesättigte Fettsäuren: 58 g
- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 27 g
Kohlenhydrate: 0 g
davon
- Zucker: 0 g
Eiweiß: 0 g
Salz: 0 g
Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Back-Öl Zitrone 250ml

Backöl mit Zitronengeschmack (Pflanzenöl mit natürlichem Aroma)

0088

Zutaten: Rapsöl, natürliches Aroma

100 ml enthalten durchschnittlich:

Energie: 3404 kJ/ 828 kcal

Fett: 92 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 6,8 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 58 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 27 g

Kohlenhydrate: 0 g

davon

- Zucker: 0 g

Eiweiß: 0 g

Salz: 0 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Distel-Öl 0,75 l

Distel-Öl (Saflor-Öl)

0012

Zutaten: Distelöl

100 ml enthalten durchschnittlich:

Energie: 3367 kJ/ 819 kcal

Fett: 91 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 7 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 70 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 14 g

Kohlenhydrate: 0 g

davon

- Zucker: 0 g

Eiweiß: 0 g

Salz: 0 g

Vitamin E: 39 mg (325%**)

**der Referenzmenge für die tägliche Zufuhr eines Erwachsenen

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Ingwer Gourmet-Öl 250 ml

Sonnenblumenöl mit natürlichem Ingweraroma

0064

Zutaten: Sonnenblumenöl, natürliches Ingweraroma.

100 ml enthalten durchschnittlich:

Energie: 3404 kJ/ 828 kcal

Fett: 92 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 11 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 28 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 53 g

Kohlenhydrate: 0 g

davon

- Zucker: 0 g

Eiweiß: 0 g

Salz: 0 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

**Ital. Kräuter-Gourmet-Öl
0,25l**

0006

Sonnenblumenöl mit Kräuterauszügen

Zutaten: Sonnenblumenöl physikalisch raffiniert, natürliche Kräuterauszüge (Basilikum, Oregano, Thymian).

100 ml enthalten durchschnittlich:

Energie: 3404 kJ/ 828 kcal

Fett: 92 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 11 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 28 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 53 g

Kohlenhydrate: 0 g

davon

- Zucker: 0 g

Eiweiß: 0 g

Salz: 0 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Dunkel und nicht über 20°C lagern.

**Knoblauch-Gourmet-Öl
0,25l**

0009

Sonnenblumenöl mit Knoblauchauszug

Zutaten: Sonnenblumenöl, natürliche Knoblauchauszüge.

100 ml enthalten durchschnittlich:

Energie: 3404 kJ/ 828 kcal

Fett: 92 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 11 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 28 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 53 g

Kohlenhydrate: 0 g

davon

- Zucker: 0 g

Eiweiß: 0 g

Salz: 0 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Natives Oliven-Öl* 0,75l

0036

Natives Bio Olivenöl extra (Erste Güteklasse - direkt aus Oliven ausschließlich mit mechanischen Verfahren gewonnen)

Zutaten: *Natives Olivenöl extra

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-003 (EU-Landwirtschaft)

Herkunftsland: Spanien

100 ml enthalten durchschnittlich:

Energie: 3367 kJ/ 819 kcal

Fett: 91 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 14 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 70 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 6,8 g

Kohlenhydrate: 0 g

davon

- Zucker: 0 g

Eiweiß: 0 g

Salz: 0 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Olivenöl nativ extra 0,25l	Natives Olivenöl extra, Erste Güteklasse - direkt aus Oliven ausschließlich mit mechanischen Verfahren gewonnen
0003	<p>Zutaten: Natives Olivenöl extra Herkunft: Italien Olivensorten: Nocellara del Belice, Tonda Iblea Hergestellt und abgefüllt in Italien.</p> <p>100 ml enthalten durchschnittlich: Energie: 3404 kJ/ 828 Fett: 92 g davon - gesättigte Fettsäuren: 14 g - einfach ungesättigte Fettsäuren: 71 g - mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 7 g Kohlenhydrate: 0 g davon - Zucker: 0 g Eiweiß: 0 g Salz: 0 g Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen. Kann bei kühler Lagerung dickflüssig und trüb werden. Kühl und lichtgeschützt lagern.</p>
Oliven-Öl 0,75 l	Olivenöl extra mild (bestehend aus raffiniertem Olivenöl und nativem Olivenöl)
0037	<p>Zutaten: Olivenöl</p> <p>100 ml enthalten durchschnittlich: Energie: 3404 kJ/ 828 kcal Fett: 92 g davon - gesättigte Fettsäuren: 14 g - einfach ungesättigte Fettsäuren: 71 g - mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 7 g Kohlenhydrate: 0 g davon - Zucker: 0 g Eiweiß: 0 g Salz: 0 g Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.</p>
Raps Kernöl* 0,75 l	Bio Pflanzenöl
0017	<p>Zutaten: *Rapskernöl *Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-003 (EU-Landwirtschaft)</p> <p>100 ml enthalten durchschnittlich: Energie: 3367 kJ/ 819 kcal Fett: 91 g davon - gesättigte Fettsäuren: 7 g - einfach ungesättigte Fettsäuren: 60 g - mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 24 g³ Kohlenhydrate: 0 g davon - Zucker: 0 g Eiweiß: 0 g Salz: 0 g Vitamin E: 26 mg (217%**) ³davon Omega-3-Fettsäuren: 6,9 g **der Referenzmenge für die tägliche Zufuhr eines Erwachsenen</p>

Rosmarin-Öl 0,25l

Sonnenblumenöl mit Rosmarinauszug

0086

Zutaten: Sonnenblumenöl, natürliche Rosmarinauszüge.

100 ml enthalten durchschnittlich:

Energie: 3404 kJ/ 828 kcal

Fett: 92 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 11 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 28 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 53 g

Kohlenhydrate: 0 g

davon

- Zucker: 0 g

Eiweiß: 0 g

Salz: 0 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Vor Licht und Wärme schützen.

Sonnenblumen Kernöl*
0,75 l

Bio Pflanzenöl

0016

Zutaten: *Sonnenblumenkernöl

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-003 (EU-Landwirtschaft)

100 ml enthalten durchschnittlich:

Energie: 3367 kJ/ 819 kcal

Fett: 91 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 10 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 27 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 54 g

Kohlenhydrate: 0 g

davon

- Zucker: 0 g

Eiweiß: 0 g

Salz: 0 g

Vitamin E: 52 mg (433%**)

**der Referenzmenge für die tägliche Zufuhr eines Erwachsenen

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Brat- und Frittieröle

Brat-Öl/Buttergeschmack
0,75 l

Bratöl mit Buttergeschmack, Pflanzenöl mit natürlichem Butteraroma

0018

Zutaten:

Sonnenblumenöl high oleic, Antioxidantien*: stark Vitamin-E-haltige Extrakte natürlichen Ursprungs und Zitronensäure, natürliches BUTTERAROMA. Wir verwenden eine spezielle Sonnenblumensaat, deren Öl aufgrund des hohen Gehalts an wertvollen einfach ungesättigten Fettsäuren zum hohen Erhitzen besonders gut geeignet ist.

*Wir verwenden natürliche Antioxidantien, die das Brat-Öl mit Buttergeschmack stabilisieren und die Wärmeübertragung verbessern.

100 ml enthalten durchschnittlich:

Energie: 3367 kJ/ 819 kcal

Fett: 91 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 8 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 75 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 8 g

Kohlenhydrate: 0 g

davon

- Zucker: 0 g

Eiweiß: 0 g

Salz: 0 g

Vitamin E: 55 mg (458%**)

**der Referenzmenge für die tägliche Zufuhr eines Erwachsenen

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Brat-Öl/Olivengeschmack
0,75 l

Bratöl mit Olivengeschmack: Mischung von Sonnenblumenöl mit 25% nativem Olivenöl extra

0014

Zutaten:

Sonnenblumenöl high oleic, natives Olivenöl extra, Antioxidantien*: stark Vitamin-E-haltige Extrakte natürlichen Ursprungs, Zitronensäure und Zitronensaft. Wir verwenden eine spezielle Sonnenblumensaat, deren Öl aufgrund des hohen Gehaltes an einfach ungesättigten Fettsäuren zum hohen Erhitzen besonders gut geeignet ist.

*Wir verwenden natürliche Antioxidantien, die das Bratöl mit Olivengeschmack stabilisieren und den Rauchpunkt erhöhen.

100 ml enthalten durchschnittlich:

Energie: 3367 kJ/ 819 kcal

Fett: 91 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 9 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 74 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 8 g

Kohlenhydrate: 0 g

davon

- Zucker: 0 g

Eiweiß: 0 g

Salz: 0 g

Vitamin E: 40 mg (333%**)

**der Referenzmenge für die tägliche Zufuhr eines Erwachsenen

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Zutaten:

Sonnenblumenöl high oleic, Antioxidantien*: stark Vitamin-E-haltige Extrakte natürlichen Ursprungs und Zitronensäure.

Wir verwenden eine spezielle Sonnenblumensaat, deren Öl aufgrund des hohen Gehaltes an einfach ungesättigten Fettsäuren zum hohen Erhitzen besonders gut geeignet ist.

*Wir verwenden natürliche Antioxidantien, die das Brat- und Frittieröl stabilisieren und die Wärmeübertragung verbessern.

100 ml enthalten durchschnittlich:

Energie: 3367 kJ/ 819 kcal

Fett: 91 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 8 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 75 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 8 g

Kohlenhydrate: 0 g

davon

- Zucker: 0 g

Eiweiß: 0 g

Salz: 0 g

Vitamin E: 55 mg (458%)**

**der Referenzmenge für die tägliche Zufuhr eines Erwachsenen

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Balance- und Rohkostöle

Balance 3-Öl / Zitrone 0,75 l

Pflanzenöl mit natürlichem Zitrusaroma

0015

Zutaten: Rapsöl, Distelöl, natürliches Zitrusaroma.

100 ml enthalten durchschnittlich:

Energie: 3367 kJ/ 819 kcal

Fett: 91 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 7,5 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 47 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 37 g³

Kohlenhydrate: 0 g

davon

- Zucker: 0 g

Eiweiß: 0 g

Salz: 0 g

Vitamin E: 28 mg (233%)**

³davon Omega-3-Fettsäuren: 6,3 g

**der Referenzmenge für die tägliche Zufuhr eines Erwachsenen

Balance 3-Öl 0,75 l

Balance-3-Speiseöl (Pflanzenöl)

0082

Zutaten: Rapsöl, Distelöl, WALNUSSÖL.

100 ml enthalten durchschnittlich:

Energie: 3367 kJ/ 819 kcal

Fett: 91 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 7,5 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 41 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 42 g³

Kohlenhydrate: 0 g

davon

- Zucker: 0 g

Eiweiß: 0 g

Salz: 0 g

Vitamin E: 28 mg (233%**)

³davon Omega-3-Fettsäuren 7,5 g

**der Referenzmenge für die tägliche Zufuhr eines Erwachsenen

Salat-Öl Das Fruchtige* 0,75 l

Salat- und Rohkostöl Das Fruchtige (Bio Pflanzenöl)

0081

Zutaten:

*Sonnenblumenöl, *Distelöl, *Rapsöl, *natives Olivenöl extra.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-003 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

100 ml enthalten durchschnittlich:

Energie: 3367 kJ/ 819 kcal

Fett: 91 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 10 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 30 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 51 g

Kohlenhydrate: 0 g

davon

- Zucker: 0 g

Eiweiß: 0 g

Salz: 0 g

Vitamin E: 40 mg (333%**)

**der Referenzmenge für die tägliche Zufuhr eines Erwachsenen

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Zutaten:

Distelöl, Sonnenblumenöl, Maiskeimöl, WALNUSSÖL 2,5%, WEIZENKEIMÖL.

100 ml enthalten durchschnittlich:

Energie: 3404 kJ/ 828 kcal

Fett: 92 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 8 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 54 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 30 g

Kohlenhydrate: 0 g

davon

- Zucker: 0 g

Eiweiß: 0 g

Salz: 0 g

Vitamin E: 40 mg (333%**)

**der Referenzmenge für die tägliche Zufuhr eines Erwachsenen

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Würzen

Kräutersalz* 2x250 g

Jodiertes Meersalz mit 15% Bio Kräuter-Gemüsemischung

0136

Zutaten:

Jodsalz (Meersalz, Kaliumjodat), *SELLERIE, *Lauch, *Karotten, *Thymian, *Liebstöckelblätter, *Basilikum, *Petersilie, *Bohnenkraut, *Dill.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 191 kJ/ 46 kcal

Fett: 0,6 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0,2 g

Kohlenhydrate: 5,6 g

davon

- Zucker: 4,8 g

Ballaststoffe: 4,6 g

Eiweiß: 2,3 g

Salz: 82,6 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken lagern, nicht über 20°C.

Salat-Fix* 2x225 g

Basis für Bio-Salatsauce mit 9,4% Gartenkräutern (225 g ergeben 15 Portionen à 75 ml)

0134

Zutaten:

*Rohrohrzucker, jodiertes Meersalz, *Zwiebeln 6,4%, *Petersilie, Säuerungsmittel: Citronensäure und Weinsäure (L+), *Schnittlauch, *Sonnenblumenöl, *Curcuma, *Pfeffer.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

Kann Spuren von Ei, Soja, Milch, Sellerie und Senf enthalten.

100 g Pulver enthalten durchschnittlich:

Energie: 1322 kJ/ 313 kcal

Fett: 4,1 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0,4 g

Kohlenhydrate: 59 g

davon

- Zucker: 57 g

Ballaststoffe: 4,4 g

Eiweiß: 3,3 g

Salz: 20,6 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Zubereitung für eine Portion (ausreichend für 2 Beilagensalate): je nach Geschmack ca. 15 g (1 EL) Egle Salatfix-Pulver mit 15 ml (1 EL) Egle-Pflanzenöl und 60 ml (4 EL) Wasser verrühren (ergibt ca. 75 ml Salatsauce).

Trocken lagern bei Raumtemperatur.

Salat-Kräuter Mischung 3x20 g

Salatkräuter-Mischung, gefriergetrocknet

0130

Zutaten:

Kräuter in veränderlichen Gewichtsanteilen 50% (Petersilie, Schnittlauch), Zwiebeln 20%, Schalotten 20%, Knoblauch (luftgetrocknet).

Trocken und vor direkter Licht- und Wärmeeinwirkung geschützt lagern.

Süßer Senf*2x160ml	Bio Senf süß
0170	<p>Zutaten: *Rohrohrzucker, *SENFKÖRNER, Wasser, *Branntweinessig, *Weizensirup (glutenfrei), Steinsalz. *Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)</p> <p>100 g enthalten durchschnittlich: Energie: 1112 kJ/ 265 kcal Fett: 8,3 g davon: - gesättigte Fettsäuren: 0,7 g Kohlenhydrate: 38 g davon: - Zucker: 36 g Ballaststoffe: 5,4 g Eiweiß: 6,8 g Salz: 1,8 g Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen. Dunkel lagern, nach dem Öffnen kühlen und alsbald verbrauchen.</p>
Tomaten-Ketchup*2x340g	Bio Tomatenketchup
0198	<p>Zutaten: *Tomatenmark 40%, konzentrierter *Traubenmost, Wasser, *Balsamessig aus Modena (*Weinessig, konzentrierter *Traubenmost), *Weinessig, Meersalz. *Aus ökologischer Landwirtschaft, IT-BIO-006 (EU-Landwirtschaft)</p> <p>100 g enthalten durchschnittlich: Energie: 426 kJ/ 100 kcal Fett: < 0,5 g davon - gesättigte Fettsäuren: < 0,1 g Kohlenhydrate: 23 g davon - Zucker: 20 g Eiweiß: 1,6 g Salz: 1,2 g Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen. Dunkel und nicht über 20°C lagern. Nach dem Öffnen im Kühlschrank aufbewahren und zeitnah verbrauchen.</p>
Würzmischung Alpenkräuter*12 g	Bio Gewürzzubereitung
0336	<p>Zutaten: *Oregano, *Petersilie, *Basilikum, *Paprika, *Estragon, *Salbei, *Majoran, *Thymian, *Gewürze. *Aus ökologischer Landwirtschaft, CH-BIO-006 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft) Hergestellt in der Schweiz. Trocken lagern.</p>
Würzmischung für Fleisch* 72 g	Bio Gewürzzubereitung (für alle Fleisch-, Fisch- und Geflügelgerichte)
0337	<p>Zutaten: Alpensalz (Schweiz) 64%, *Petersilie, *Paprika (Europa, Schweiz), *Zwiebeln, *Knoblauch, *Koriander, *Oregano, *Rosmarin (Türkei, Peru, Marokko), *Thymian, *Majoran, *Basilikum, *Salbei, *Lauch, *Sonnenblumenöl, *Cayennepfeffer, *Karotten, *Gewürze. *Aus ökologischer Landwirtschaft, CH-BIO-006 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft) Trocken lagern.</p>
Würzmischung für Gemüse* 32 g	Bio Gewürzzubereitung (für alle Gemüse- und Kartoffelgerichte)
0338	<p>Zutaten: Meersalz (Frankreich) 46%, *Zwiebeln, *Thymian, *Schnittlauch, *Majoran, *Rosmarin (Türkei), *Kornblumen 3%, *Liebstöckel, *Salbei, *Petersilie. *Aus ökologischer Landwirtschaft, CH-BIO-006 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft) Kann Spuren von Senf enthalten.</p>

Essige

Apfel-Balsam-Essig*2x200 ml

Bio Apfel-Balsamessig, 5% Säure

0230

Zutaten: *Apfelessig, *Apfelsaftkonzentrat.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-007 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

100 ml enthalten durchschnittlich:

Energie: 851 kJ/ 203 kcal

Kohlenhydrate: 45 g

davon

- Zucker: 43 g²

²Enthält von Natur aus fruchteigenen Zucker.

Enthält geringfügige Mengen von Fett, gesättigten Fettsäuren, Eiweiß und Salz.

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Balsam-Essig* 2x0,25 l

Bio-Balsamessig aus Modena

Aceto Balsamico di Modena (geschützte geografische Angabe)

0200

Zutaten: *Eingekochter Traubenmost, *Weinessig.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, IT-BIO-005 (Italien)

Garantiert abgefüllt in Modena

mind. 6 % Säure.

100 ml enthalten durchschnittlich:

Energie: 690 kJ/ 162 kcal

Kohlenhydrate: 36 g

davon

- Zucker: 36 g

Enthält vernachlässigbare Mengen Fett, gesättigte Fettsäuren, Eiweiß und Salz.

Bianco-Essig* 2x0,25 l

Helle Bio Essigzubereitung (Zubereitung aus Weinessig und Traubenmost)

0232

Zutaten: *Weinessig, *rektifiziertes Traubenmostkonzentrat, *Traubenmost.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, IT-BIO-007 (Italien)

100 ml enthalten durchschnittlich:

Energie: 430 kJ/ 103 kcal

Kohlenhydrate: 21 g

davon

- Zucker: 21 g

Enthält geringfügige Mengen Fett, gesättigte Fettsäuren, Eiweiß und Salz.

mind. 5,4% Säure

Salat-Dressings

Balsamico Dressing*2x250ml

0179

Bio Salatdressing mit Balsamico

Zutaten:

*Rapsöl, *Apfelsaft aus *Apfelsaftkonzentrat, *Aceto Balsamico di Modena g.g.A. 14% (*Weinessig, konzentrierter *Traubenmost), *SENF (Wasser, *SENFSAAT, *Apfelessig, Meersalz), *Zwiebeln, Meersalz.
*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-006 (EU-Landwirtschaft)

100 ml enthalten durchschnittlich:

Energie: 2126 kJ/ 516 kcal

Fett: 51 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 3,7 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 30 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 17 g

Kohlenhydrate: 13 g

davon

- Zucker: 11 g

Eiweiß: 0,6 g

Salz: 1,3 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Dunkel und nach dem Öffnen kühl lagern, dann alsbald verbrauchen.

MHD: Mindestens 3 Monate

Gartenkräuter Dressing*2x250ml

0224

Bio Salatdressing mit Gartenkräutern

Zutaten:

*Rapsöl, *Apfelsaft aus *Apfelsaftkonzentrat, *Weißweinessig, *SENF (Wasser, *SENFSAAT, *Apfelessig, Meersalz), Meersalz, *Basilikum, *Dill, *Estragon, *Kerbel, *Liebstöckel, *Paprika, *Quendel, *Rosmarin, *Thymian.
*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-006 (EU-Landwirtschaft)

100 ml enthalten durchschnittlich:

Energie: 2067 kJ/ 502 kcal

Fett: 50 g

davon

- gesättigt Fettsäuren: 3,6 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 30 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 16 g

Kohlenhydrate: 9,9 g

davon

- Zucker: 8,3 g

Eiweiß: 1,0 g

Salz: 0,91 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Dunkel und nach dem Öffnen kühl lagern, dann alsbald verbrauchen.

MHD: Mindestens 3 Monate

**Honig-Senf
Dressing*2x250ml**

Bio Salatdressing mit Honig und Senf

0206

Zutaten:

*Rapsöl, *Apfelsaft aus *Apfelsaftkonzentrat, *Apfelessig, *Olivenöl nativ extra,
*SENF 9% (Wasser, *SENFSAAT, *Apfelessig, Meersalz), *Honig 6%, Meersalz,
*Pfeffer schwarz.
*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-006 (EU-Landwirtschaft)

100 ml enthalten durchschnittlich:

Energie: 1932 kJ/ 469 kcal

Fett: 45 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 4,1 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 27 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 14 g

Kohlenhydrate: 12 g

davon

- Zucker: 11 g

Eiweiß: 0,7 g

Salz: 0,6 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Dunkel und nach dem Öffnen kühl lagern, dann alsbald verbrauchen.

MHD: Mindestens 3 Monate

Fisch in Pflanzenöl

Brathering 3 x 325 g

Bratherings-Filets in würziger Marinade (pasteurisiert)

0144

Zutaten:

HERINGSFILETS (*Clupea harengus*) 59% (FAO 27), Wasser, Branntweinessig, Rohrohrzucker, Zwiebeln, Meersalz, WEIZENPANIERMEHL, Sonnenblumenöl 1%, Rapsöl, natürliche Aromen (enthalten SELLERIE).

Kann Spuren von Ei, Soja, Milch und Senf enthalten.

Fischabtropfgewicht: 200 g

100 g Fisch (abgetropft) enthalten durchschnittlich:

Energie: 918 kJ/ 221 kcal

Fett: 16 g

- gesättigte Fettsäuren: 3,3 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 8,4 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 3,8 g³

Kohlenhydrate: 5,2 g

davon

- Zucker: 3,2 g

Eiweiß: 14 g

Salz: 2,2 g

³davon Fisch-Omega-3-Fettsäuren (EPA und DHA) 2,2 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Heller Thunfisch in Öl 3x120g

Heller Thunfisch in Pflanzenöl

0146

Zutaten:

Heller THUNFISCH 75%² (*Thunnus albacares*, FAO 27), Sonnenblumenöl 24%, Meersalz.

²Gewichtsverlust durch Erhitzen.

Fangmethode: Ringwadennetze ohne Lockbojen, z. T. auch Langleinen

100 g Fisch (abgetropft) enthalten durchschnittlich:

Energie: 926 kJ/ 222 kcal

Fett: 14 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 1,7 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 4,1 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 7,6 g³

Kohlenhydrate: 0 g

davon

- Zucker: 0 g

Eiweiß: 24 g

Salz: 0,95 g

³davon Fisch-Omega-3-Fettsäuren (EPA und DHA) 0,22 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Makrelen 3 x 120 g**Makrelen in Pflanzenöl****0044****Zutaten:**MAKRELEN 75%² (FAO 27), Sonnenblumenöl 24%, Speisesalz.²Gewichtsverlust durch Erhitzen.

Fangmethode: Ringwadennetze ohne Lockbojen, z. T. auch Langleinen

100 g Fisch (abgetropft) enthalten durchschnittlich:

Energie: 832 kJ/ 199 kcal

Fett: 11 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 1,6 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 2,1 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 7,2 g³

Kohlenhydrate: 0 g

davon

- Zucker: 0 g

Eiweiß: 25 g

Salz: 0,25 g

³davon Fisch-Omega-3-Fettsäuren (EPA und DHA) 1,09 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Sardinen 3 x 120 g**Sardinen ohne Haut und ohne Gräten in Pflanzenöl****0042****Zutaten:**SARDINEN 73%² (FAO 34), Olivenöl 26%, Meersalz.²Gewichtsverlust durch Erhitzen.

Fangmethode: Ringwadennetze ohne Lockbojen, z. T. auch Langleinen

100 g Fisch (abgetropft) enthalten durchschnittlich:

Energie: 815 kJ/ 195 kcal

Fett: 11 g

davon:

- gesättigte Fettsäuren: 2,9 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 5,0 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 3,3 g³

Kohlenhydrate: 0 g

davon:

- Zucker: 0 g

Eiweiß: 24 g

Salz: 0,78 g

³davon Fisch-Omega-3-Fettsäuren (EPA und DHA) 1,9 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Thunfisch 3 x 120 g**Weißer Thunfisch in Pflanzenöl****0040****Zutaten:**Weißer THUNFISCH 75%² (Thunnus alalunga, FAO 27), Sonnenblumenöl 24%, Meersalz.²Gewichtsverlust durch Erhitzen.

Fangmethode: Ringwadennetze ohne Lockbojen, z. T. auch Langleinen

100 g Fisch (abgetropft) enthalten durchschnittlich:

Energie: 778 kJ/ 186 kcal

Fett: 10 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 1,1 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 1,6 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 7,3 g³

Kohlenhydrate: 0 g

davon

- Zucker: 0 g

Eiweiß: 24 g

Salz: 0,5 g

³davon Fisch-Omega-3-Fettsäuren (EPA und DHA) 0,24 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Fische naturell

Lachs-Filets naturell 3 x 190g

0256

Wildlachs-Filets in eigenem Saft und Aufguss

Zutaten:

WILDLACHSFILETS (Oncorhynchus spp.) 76 %² (FAO 61 oder 67), Wasser, Meersalz, Branntweinessig.

Kann Spuren von Gluten, Ei, Soja, Milch, Sellerie und Senf enthalten.

²Gewichtsverlust durch Erhitzen. Fischabtropfgewicht: 125 g

100 g Fisch (abtropft) enthalten durchschnittlich:

Energie: 505 kJ/ 119 kcal

Fett: 1,7 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0,5 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 0,6 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 0,7 g³

Kohlenhydrate: 0 g

davon

- Zucker: 0 g

Eiweiß: 26 g

Salz: 0,6 g

³davon Fisch-Omega-3-Fettsäuren (EPA und DHA) 0,45 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Thunfisch naturell 3 x 120g

0254

Weißer Thunfisch in eigenem Saft und Aufguss

Zutaten:

Weißer THUNFISCH 75%² (Thunnus alalunga, FAO 27), Trinkwasser, Meersalz.

²Gewichtsverlust durch Erhitzen. Fischabtropfgewicht: 78 g

Fangmethode: Ringwadennetze ohne Lockbojen, z. T. auch Langleinen

100 g Fisch (abtropft) enthalten durchschnittlich:

Energie: 496 kJ/ 117 kcal

Fett: 1,0 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0,3 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 0,2 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 0,5 g³

Kohlenhydrate: 0 g

davon

- Zucker: 0 g

Eiweiß: 27 g

Salz: 0,21 g

³davon Fisch-Omega-3-Fettsäuren (EPA und DHA) 0,33 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Fische in Saucen

Hering/Curry-Ananas 3 x
190 g

0240

Herings-Filets in Curry-Ananas-Sauce

Zutaten:

HERINGSFILETS (Clupea harengus) 55%² (FAO 27), Wasser, Obst in veränderlichen Gewichtsanteilen 11% (Ananas, Pfirsich), Distelöl 7%, Rohrohrzucker, Tomatenmark, Weißwein (enthält SULFITE), Branntweinessig, Mango-Chutney (Zucker, Mango, Salz, Gewürze, Säuerungsmittel: Essigsäure), Stärke, Curry (enthält SENF), Meersalz, Verdickungsmittel: Guarkernmehl, Gewürze.

Kann Spuren von Gluten, Ei, Soja, Milch und Sellerie enthalten.

²Gewichtsverlust durch Erhitzen.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 782 kJ/ 188 kcal

Fett: 13 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 2,2 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 2,1 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 8,7 g³

Kohlenhydrate: 5,7 g

davon

- Zucker: 5,2 g

Eiweiß: 12 g

Salz: 1,23 g

³davon Fisch-Omega-3-Fettsäuren (EPA und DHA) 0,72 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Hering/Senf-Dill 3 x 190 g

0244

Herings-Filets in Senf-Dill-Sauce

Zutaten:

HERINGSFILETS (Clupea harengus) 60%² (FAO 27), Trinkwasser, SENF 12% (Trinkwasser, SENFSAATEN, Branntweinessig, Salz, Gewürze), Distelöl 6%, Rohrohrzucker, Stärke, Branntweinessig, Meersalz, Verdickungsmittel: Guarkernmehl, Dillspitzen.

Kann Spuren von Gluten, Ei, Soja, Milch und Sellerie enthalten.

²Gewichtsverlust durch Erhitzen.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 910 kJ/ 219 kcal

Fett: 16 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 2,8 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 3,1 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 9,7 g³

Kohlenhydrate: 6,7 g

davon

- Zucker: 5,7

Eiweiß: 12 g

Salz: 1,9 g

³davon Fisch-Omega-3-Fettsäuren (EPA und DHA) 1,16 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

**Hering/Tomatensauce 3 x
190 g**

Herings-Filets in Tomatensauce

0140

Zutaten:

HERINGSFILETS (*Clupea harengus*) 60%² (FAO 27), Tomatenmark 12%, Wasser, Distelöl 4,5%, Tomatenstückchen 4%, Rohrohrzucker, Branntweinessig, Meersalz, Stärke, Verdickungsmittel: Guarkernmehl, Säuerungsmittel: Zitronensäure, Pfeffer.

Kann Spuren von Gluten, Ei, Soja, Milch, Sellerie und Senf enthalten.

²Gewichtsverlust durch Erhitzen.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 776 kJ/ 186 kcal

Fett: 12 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 2,3 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 2,4 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 7,5 g³

Kohlenhydrate: 7,5 g

davon

- Zucker: 6,2 g

Eiweiß: 12 g

Salz: 1,5 g

³davon Fisch-Omega-3-Fettsäuren (EPA und DHA) 1,09 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Fischpasteten

Lachs-Pastete Zitrone 2x100g

0440

Brotaufstrich aus fein zerkleinertem Lachs mit Zitrone

Zutaten: WILDLACHS (*Oncorhynchus* spp.) 60% (FAO 61 oder 67), Sonnenblumenöl, Wasser, Mango-Chutney (Zucker, Mango, Salz, Gewürze, Säuerungsmittel: Essigsäure), SENF (Wasser, SENFSAATEN, Branntweinessig, Salz, Gewürze), Zitronensaftkonzentrat 1,5%, Meersalz, Gewürze, Verdickungsmittel: Guarkernmehl und Johannisbrotkernmehl.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 984 kJ/ 237 kcal

Fett: 17 g

davon:

- gesättigte Fettsäuren: 1,9 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 6,2 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 8,9 g³

Kohlenhydrate: 6,9 g

davon:

- Zucker: 3,3 g

Eiweiß: 14 g

Salz: 1,5 g

³davon Fisch-Omega-3-Fettsäuren (EPA und DHA) 0,23 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Thunfisch-Pastete 2x100g

0442

Brotaufstrich aus fein zerkleinertem Thunfisch

Zutaten: Weißer THUNFISCH (*Thunnus alalunga*) 53%, Sonnenblumenöl, Zwiebeln, Wasser, Tomatenmark, Meersalz, Rohrohrzucker, Verdickungsmittel: Guarkernmehl und Johannisbrotkernmehl, Basilikum, Gewürze.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 902 kJ/ 217 kcal

Fett: 15 g

davon:

- gesättigte Fettsäuren: 1,9 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 5,3 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 8,2 g³

Kohlenhydrate: 5,4 g

davon:

- Zucker: 1,8 g

Eiweiß: 15 g

Salz: 2,3 g

³davon Fisch-Omega-3-Fettsäuren (EPA und DHA) 0,27 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Fischsalate

Lachs-Salat/Schwarzwurzel.
3x190g

0394

Wildlachs mit Schwarzwurzeln in einer Sauce à la Hollandaise

Zutaten:

Schwarzwurzeln 40%, WILDLACHS (*Oncorhynchus* spp.) 30%² (FAO 61 oder 67), Wasser, Paprika, Distelöl 4%, Rohrohrzucker, SENF (Trinkwasser, SENFSAATEN, Branntweinessig, Salz, Gewürze), EIGELBPULVER, Branntweinessig, Meersalz, Stärke, Verdickungsmittel: Guarkernmehl.

Kann Spuren von Gluten, Soja, Milch, Sellerie und Weichtieren enthalten.

²Gewichtsverlust durch Erhitzen.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 460 kJ/ 110 kcal

Fett: 4,9 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0,7 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 1,1 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 3,1 g³

Kohlenhydrate: 6,5 g

davon

- Zucker: 3,6 g

Eiweiß: 9,2 g

Salz: 0,8 g

³davon Fisch-Omega-3-Fettsäuren (EPA und DHA) 0,19 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Thunfisch-Salat mild
3x190g

0396

Weißer Thunfisch mit Kidneybohnen, Mais und Paprika

Zutaten:

Gemüse in veränderlichen Gewichtsanteilen 45% (Kidneybohnen, Mais, Paprika), Weißer THUNFISCH (*Thunnus alalunga*, FAO 71) 30%², Wasser, Distelöl 2,7%, Rohrohrzucker, Branntweinessig, Meersalz, Verdickungsmittel: Guarkernmehl, Kräuter, Gewürze.

Kann Spuren von Gluten, Ei, Soja, Milch, Sellerie und Senf enthalten.

²Gewichtsverlust durch Erhitzen.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 438 kJ/ 104 kcal

Fett: 3,2 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0,4 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 0,6 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 2,1 g³

Kohlenhydrate: 7,4 g

davon

- Zucker: 3,6 g

Eiweiß: 10 g

Salz: 1,4 g

³davon Fisch-Omega-3-Fettsäuren (EPA und DHA) 0,08 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Thunfisch-Salat würzig
3x190g

0402

Weißer Thunfisch mit Gemüse und Keimlingen

Zutaten:

Gemüse in veränderlichen Gewichtsanteilen 45% (grüne Bohnen, Mungobohnenkeimlinge, Paprika, Bambussprossen), Weißer THUNFISCH (Thunnus alalunga, FAO 71) 30%², Wasser, Rohrohrzucker, Distelöl 2,7%, Branntweinessig, Meersalz, Gewürze (enthalten SELLERIE), Verdickungsmittel: Guarkernmehl.

Kann Spuren von Gluten, Ei, Soja, Milch und Senf enthalten.

²Gewichtsverlust durch Erhitzen.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 439 kJ/ 104 kcal

Fett: 4,0 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0,8 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 0,8 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 2,4 g³

Kohlenhydrate: 8,5 g

davon

- Zucker: 7,6 g

Eiweiß: 8,6 g

Salz: 1,42 g

³davon Fisch-Omega-3-Fettsäuren (EPA und DHA) 0,09 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Fischzubereitungen

Hering in Aspik 3x200 g

Herings-Filets in Aspik

0148

Zutaten:

HERINGSFILETS (*Clupea harengus*) 55%² (FAO 27), Trinkwasser, Gemüse in veränderlichen Gewichtsanteilen 13 % (Paprika, Karotten, Mais), Branntweinessig, Speisegelatine, Rohrohrzucker, Meersalz, natürliche Aromen. Kann Spuren von Gluten, Ei, Soja, Milch, Sellerie, Senf und Weichtieren enthalten.

²Gewichtsverlust durch Erhitzen.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 535 kJ/ 128 kcal

Fett: 7,3 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 2,1 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 2,2 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 3,0 g³

Kohlenhydrate: 2,6 g

davon

- Zucker: 2,6 g

Eiweiß: 13 g

Salz: 1,2 g

³davon Fisch-Omega-3-Fettsäuren (EPA und DHA) 0,82 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Thunfi.Zuber.Mediterran 2x190g

Zubereitung aus weißem Thunfisch 37%, Gemüse 31% und Oliven 6%

0426

Zutaten:

Weißer THUNFISCH² (*Thunnus alalunga*, FAO 71 (westlicher pazifischer Ozean)), Gemüse (Tomaten, schwarze Oliven, Kapern), Olivenöl 19%, Wasser, Meersalz, natürliche Aromen, Oregano, Paprika.

Kann Spuren von Gluten, Ei, Soja, Milch, Sellerie und Senf enthalten.

²Gewichtsverlust durch Erhitzen.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 895 kJ/ 216 kcal

Fett: 19 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 2,8 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 15 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 1,2 g³

Kohlenhydrate: 1,3 g

davon

- Zucker: 1,1 g

Eiweiß: 10 g

Salz: 1,4 g

³davon Fisch-Omega-3-Fettsäuren (EPA und DHA) 0,04 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Zubereitung für 2 Portionen: 150 g Nudeln oder 150 g Reis (Rohware) nach Packungsanweisung kochen. Den Inhalt einer Dose Egle Thunfischzubereitung Mediterran in eine Servierschüssel geben und mit einer Gabel etwas zerkleinern. Abgetropfte Nudeln oder Reis untermischen und fertig ist die schnelle Mahlzeit.

Meeresfrüchte

Pfahlmuscheln*3x115g

Bio Pfahlmuscheln in Marinade

0151

Zutaten: *PFAHLMUSCHELN 63%², *Olivenöl nativ extra 28%, *Weinessig 8,5%, *Pfeffer, Salz.

*Aus ökologischer Zucht und Landwirtschaft, ES-ECO-022-GA (EU-Landwirtschaft)

Kann Spuren von Krebs- und Weichtieren enthalten.

²Gewichtsverlust durch Erhitzen. Muschelabtropfgewicht: 72 g

100 g Muscheln (abgetropft) enthalten durchschnittlich:

Energie: 736 kJ/ 176 kcal

Fett: 8,9 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 1,8 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 5,6 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 1,5 g³

Kohlenhydrate: 3,9 g

davon

- Zucker: 0 g

Eiweiß: 20 g

Salz: 0,83 g

³davon Omega-3-Fettsäuren (EPA und DHA) 0,72 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Pasteten, pflanzlich

Champignon-Pastete 3x125 g

0026

Pflanzlicher Brotaufstrich auf Hefebasis

Zutaten:

Wasser, Sonnenblumenöl 15 %, Champignons 12 %, Nährhefe, Kartoffelstärke, Meersalz, Zwiebeln getrocknet, Champignonpulver, Zitronensaft, Hefeextrakt, Verdickungsmittel: Johannisbrotkernmehl und Guarkernmehl.

Kann Spuren von Gluten, Erdnüssen, Soja, Schalenfrüchten, Sellerie, Senf und Sesam enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 830 kJ/ 200 kcal

Fett: 16 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 1,7 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 6,8 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 7,0 g

Kohlenhydrate: 7,6 g

davon

- Zucker: 0,8 g

Ballaststoffe: 3,2 g

Eiweiß: 5,8 g

Salz: 1,4 g

Delikatess-Pastete 3x125 g

0030

Pflanzlicher Brotaufstrich auf Hefebasis

Zutaten:

Wasser, Sonnenblumenöl 15 % , Zwiebeln, Nährhefe, Kartoffelstärke, Tomatenmark, Meersalz, Paprikapulver, Verdickungsmittel:

Johannisbrotkernmehl und Guarkernmehl.

Kann Spuren von Gluten, Erdnüssen, Soja, Schalenfrüchten, Sellerie, Senf und Sesam enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 842 kJ/ 203 kcal

Fett: 16 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 1,8 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 6,9 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 7,1 g

Kohlenhydrate: 8,5 g

davon

- Zucker: 1,5 g

Ballaststoffe: 3,2 g

Eiweiß: 6,2 g

Salz: 1,4 g

0032

Zutaten:

Wasser, Sonnenblumenöl 15 %, Nährhefe, Kartoffelstärke, Zwiebeln, Lauch, Kräuter 1,6%, Spinat, Meersalz, SENF (Trinkwasser, Branntweinessig, SENFSAAT, Glukose-Fruktose-Sirup, Salz, Kurkuma, natürliches Aroma), Tomatenmark, Apfelessig, Hefeextrakt, Verdickungsmittel: Johannisbrot- und Guarkernmehl.

Kann Spuren von Gluten, Erdnüssen, Soja, Schalenfrüchten, Sellerie und Sesam enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 843 kJ/ 203 kcal

Fett: 16 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 1,8 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 6,9 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 7,1 g

Kohlenhydrate: 7,9 g

davon

- Zucker: 1,1 g

Ballaststoffe: 2,9 g

Eiweiß: 5,7 g

Salz: 1,4 g

Schmalz, pflanzlich

**Pflanzl.Schmalz/Grieben*3
x100g**

0344

Bio Brotaufstrich aus pflanzlichen Fetten und Ölen mit Sojamehleextrudat

Zutaten:

*Palmöl, *Palmkernfett, *Sonnenblumenöl 10%, *Kokosfett,

*SOJAMEHLERZEUGNIS 3%, Jodsalz (Meersalz, Kaliumjodat), *Zwiebeln getrocknet, *Kräuter.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-003 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 3494 kJ/ 849 kcal

Fett: 92 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 52 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 26 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 12 g

Kohlenhydrate: 2,2 g

davon

- Zucker: <0,5 g

Ballaststoffe: 1,2 g

Eiweiß: 2,5 g

Salz: 2,1 g

Vor dem Öffnen kühl lagern.

Heiß und kalt verwendbar.

**Pflanzl.Schmalz/Zwiebel*3
x100g**

0342

Bio Brotaufstrich aus pflanzlichen Fetten und Ölen mit Zwiebeln und Äpfeln

Zutaten:

*Palmfett, *Palmkernfett, *Sonnenblumenöl 10%, *Kokosfett, *Zwiebeln getrocknet 4%, *Äpfel getrocknet 2%, Jodsalz (Meersalz, Kaliumjodat).

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-003 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 3428 kJ/ 833 kcal

Fett: 90 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 50 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 26 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 12 g

Kohlenhydrate: 4,0 g

davon

- Zucker: 2,0 g

Ballaststoffe: 1,6 g

Eiweiß: 1,0 g

Salz: 2,1 g

Vor dem Öffnen kühl lagern.

Heiß und kalt verwendbar.

Vegetarische Streichcremes

**Streichc.
Aubergine*2x180g**

Bio Brotaufstrich mit Aubergine

0378

Zutaten:

Wasser, *Sonnenblumenöl 19%, *Auberginen 16%, *Sonnenblumenkerne 15%, *Zwiebeln, *Gemüsepaprika, *Agavendicksaft, *Apfelsaftkonzentrat, *SOJASAUCE (Wasser, *SOJABOHNEN, Meersalz), *Tomatenmark, *Zitronensaftkonzentrat, Meersalz, *Knoblauch, *Stärke, *Käuter, *Gewürze.
*Aus ökologischer Landwirtschaft, IT-BIO-006 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)
Kann Spuren von Fisch, Schalenfrüchten, Sellerie und Sesam enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1208 kJ/ 292 kcal

Fett: 27 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 2,5 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 6,4 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 16 g

Kohlenhydrate: 8,1 g

davon

- Zucker: 5,1 g

Ballaststoffe: 2,0 g

Eiweiß: 4,2 g

Salz: 1,3 g

**Streichcreme Tomate*
2x180 g**

Bio Brotaufstrich mit Tomaten und Basilikum

0374

Zutaten:

Wasser, *Sonnenblumenöl 18%, *Tomatenmark 16%, *Sonnenblumenkerne 14%, *Tomaten 14%, *Apfelsaftkonzentrat, *Basilikum 3,6%, *Maisstärke, Meersalz, *Zitronensaftkonzentrat.
*Aus ökologischer Landwirtschaft, IT-BIO-006 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)
Kann Spuren von Fisch, Soja, Schalenfrüchten, Sellerie und Sesam enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1168 kJ/ 282 kcal

Fett: 25 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 2,3 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 7,0 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 13 g

Kohlenhydrate: 10 g

davon

- Zucker: 5,5 g

Ballaststoffe: 1,6 g

Eiweiß: 4,3 g

Salz: 1,4 g

**Streichcreme
Zucchini*2x180 g**

0376

Bio Brotaufstrich mit Zucchini und Curry

Zutaten:

Wasser, *Sonnenblumenöl 17%, *Zucchini 15%, *Sonnenblumenkerne 13%, *Zwiebeln, *Apfelsaftkonzentrat, *Maisstärke, *Zitronensaftkonzentrat, *Curry 1,4%, *Tomatenmark, Meersalz, *SENF (Wasser, *SENFKÖRNER, *Branntweinessig, Meersalz, *Rohrohrzucker, *Gewürze), *Olivenöl, *Kräuter, *Knoblauch 0,2%.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, IT-BIO-006 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)
Kann Spuren von Fisch, Soja, Schalenfrüchten, Sellerie und Sesam enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1138 kJ/ 275 kcal

Fett: 24 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 2,4 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 7,0 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 13 g

Kohlenhydrate: 11 g

davon

- Zucker: 4,7 g

Ballaststoffe: 1,5 g

Eiweiß: 3,7 g

Salz: 1,0 g

Nach dem Öffnen kühlen und alsbald verbrauchen.

**Streichcreme*Rote Bete
2x180g**

0372

Bio Brotaufstrich mit Rote Bete und Meerrettich

Zutaten:

*Rote Bete 30%, *Sonnenblumenöl 17%, Wasser, *Sonnenblumenkerne 12%, *Meerrettich 5,2%, *Rote Bete Saftkonzentrat 4%, *Apfelsaftkonzentrat, *Essiggurken (*Gurken, Wasser, *Branntweinessig, *Zucker, Meersalz), *Zwiebeln, Meersalz, *Zitronensaftkonzentrat, *Maisstärke, *Rohrohrzucker, *Tafelessig, *Pfeffer, *Muskat.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, IT-BIO-006 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)
Kann Spuren von Fisch, Soja, Schalenfrüchten, Sellerie und Sesam enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1133 kJ/ 273 kcal

Fett: 23 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 2,1 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 6,3 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 12 g

Kohlenhydrate: 13 g

davon

- Zucker: 9,4 g

Ballaststoffe: 2,1 g

Eiweiß: 3,6 g

Salz: 1,6 g

Wurst

Leberkäse*200g

Bayrischer Bio-Leberkäse mit Pflanzenöl

0028

Zutaten:

*Schweinefleisch 60%, *Rindfleisch 25%, Trinkwasser, *Sonnenblumenöl 6%, Meersalz, *Gewürze, *Gewürzextrakte, *Dextrose, *Rohrohrzucker, *Zwiebeln, Säureregulator: Natriumcitrate.
*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-006 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)
Kann Spuren von Sellerie und Senf enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1089 kJ/ 263 kcal

Fett: 23 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 7,1 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 9,9 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 5,6 g

Kohlenhydrate: < 1,0 g

davon

- Zucker: < 1,0 g

Ballaststoffe: 0,3 g

Eiweiß: 14 g

Salz: 2,0 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Zubereitung: Mit einem Messer den Leberkäse vorsichtig vom Dosenrand lösen, auf einen Teller stürzen und 20 Minuten bei 200°C im Backofen backen (160°C bei Umluft). Dadurch können sich das appetitliche Brataoma und die typische feine Kruste entwickeln. Auch kalt ein Genuss!

Rinder-Landjäger*3x40 g

Bio Landjäger vom Rind, mild geräuchert

0038

Zutaten:

*Rindfleisch, Meersalz, *Rohrohrzucker, *Pfeffer schwarz, *Knoblauch, essbare Hülle aus Rinderkollagen, Buchenholzrauch, Reifekulturen.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-003 (EU-Landwirtschaft)

Unter Schutzatmosphäre verpackt.

100 g Landjäger wurden aus 140 g Bio-Rindfleisch hergestellt.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 2008 kJ/ 485 kcal

Fett: 41 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 15 g

Kohlenhydrate: 0,9 g

davon

- Zucker: 0,6 g

Eiweiß: 28 g

Salz: 5,4 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

MHD: Mindestens 16 Tage; Bitte im Kühöschrank aufbewahren.

Rinder-Salami* 140 g

Bio Rindersalami, mild geräuchert

0025

Zutaten:

*Rindfleisch, *Rinderfett, Meersalz, *Rohrohrzucker, *Pfeffer schwarz, *Knoblauch, Buchenholzrauch, Reifekulturen.

Hülle nicht essbar.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-003 (EU-Landwirtschaft)

Unter Schutzatmosphäre verpackt.

100 g Salami wurden aus 150 g Bio-Rindfleisch hergestellt.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1826 kJ/ 441 kcal

Fett: 37 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 14 g

Kohlenhydrate: 0,9 g

davon

- Zucker: 0,6 g

Eiweiß: 26 g

Salz: 5,0 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

MHD: Mindestens 16 Tage; Bitte im Kühlschrank aufbewahren.

Weißwürste* 250 g

Münchner Bio Weißwürste mit Pflanzenöl (4 Stück), tafelfertig

0020

Zutaten:

*Schweinefleisch 45%, *Kalbfleisch 25%, Trinkwasser, *Sonnenblumenöl 6%, Meersalz, *Gewürze, *Dextrose, *Petersilie, *Gewürzextrakt, *MILCHEIWEISS, Saitling (Schwein).

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-006 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

Kann Spuren von Senf und Sellerie enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 961 kJ/ 232 kcal

Fett: 20 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 9,4 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 7,7 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 2,9 g

Kohlenhydrate: 1,0 g

davon

- Zucker: 0,5 g

Ballaststoffe: 0,1 g

Eiweiß: 12 g

Salz: 1,4 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

MHD: Mindestens 8 Wochen

Puten-Wurst

Puten-Jagdwurst* 200 g

Bio Puten-Jagdwurst mit Pflanzenöl

0321

Zutaten:

*Putenfleisch 75%, Wasser, *Sonnenblumenöl 7%, Meersalz, *Gewürze, *Gewürzextrakte, *SENFKÖRNER, *Zwiebeln, Säureregulator: Natriumcitrate.
*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-006 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)
Kann Spuren von Sellerie enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 657 kJ/ 158 kcal

Fett: 11 g³

davon

- gesättigte Fettsäuren: 2,3 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 3,8 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 5,3 g

Kohlenhydrate: 0,9 g

davon

- Zucker: 0,9 g

Ballaststoffe: 0,9 g

Eiweiß: 15 g

Salz: 1,9 g

³43% weniger Fett als herkömmliche Puten-Jagdwurst

Nach dem Öffnen im Kühlschrank aufbewahren und zeitnah verzehren.

Puten-Lyoner* 200 g

Bio Puten-Lyoner mit Pflanzenöl

0322

Zutaten:

*Putenfleisch 66%, Trinkwasser, *Sonnenblumenöl 7%, Meersalz, *Gewürze, *Gewürzextrakte, *Zwiebeln, Säureregulator: Natriumcitrate.
*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-006 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)
Kann Spuren von Sellerie und Senf enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 736 kJ/ 177 kcal

Fett: 13 g³

davon

- gesättigte Fettsäuren: 2,8 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 4,2 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 6,2 g

Kohlenhydrate: <1,0 g

davon

- Zucker: <1,0 g

Ballaststoffe: 0,3 g

Eiweiß: 14 g

Salz: 1,7 g

³51% weniger Fett als herkömmliche Putenlyoner

Puten-Schinkenwurst* 200 g

Bio Puten-Schinkenwurst mit Pflanzenöl

0326

Zutaten:

*Putenfleisch 75%, Wasser, *Sonnenblumenöl 7%, Meersalz, *Gewürze,

*Gewürzextrakte, *Zwiebeln, Säureregulator: Natriumcitrate.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-006 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

Kann Spuren von Sellerie und Senf enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 807 kJ/ 194 kcal

Fett: 14 g³

davon

- gesättigte Fettsäuren: 3,0 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 4,3 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 6,2 g

Kohlenhydrate: 0,9 g

davon

- Zucker: 0,9 g

Ballaststoffe: 0,2 g

Eiweiß: 16 g

Salz: 1,8 g

³39% weniger Fett als herkömmliche Puten-Schinkenwurst

Rinder-Wurst

Rindfleisch-Jagdwurst* 200 g

0021

Bio Rinder-Jagdwurst mit Pflanzenöl

Zutaten:

*Rindfleisch 69%, Wasser, *Sonnenblumenöl 6%, Meersalz, *Gewürze,

*Gewürzextrakte, *SENFKÖRNER, Säureregulator: Natriumcitrate.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-006 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

Kann Spuren von Sellerie enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 679 kJ/ 163 kcal

Fett: 11 g³

davon

- gesättigte Fettsäuren: 2,8 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 3,8 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 4,2 g

Kohlenhydrate: 0,9 g

davon

- Zucker: 0,9 g

Ballaststoffe: 0,9 g

Eiweiß: 15 g

Salz: 1,8 g

³49% weniger Fett als herkömmliche Jagdwurst mit Schweinefleisch

Rindfleisch-Lyoner* 200 g

0022

Bio Rinder-Lyoner mit Pflanzenöl

Zutaten:

*Rindfleisch 65%, Trinkwasser, *Sonnenblumenöl 12 %, Meersalz, *Gewürze,

*Gewürzextrakte, *Zwiebeln, *Dextrose, Säureregulator: Natriumcitrate.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-006 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

Kann Spuren von Sellerie und Senf enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 867 kJ/ 209 kcal

Fett: 17 g³

davon

- gesättigte Fettsäuren: 4,1 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 6,2 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 7,0 g

Kohlenhydrate: < 1,0 g

davon

- Zucker: < 1,0 g

Ballaststoffe: 0,3 g

Eiweiß: 13 g

Salz: 1,7 g

³34% weniger Fett als herkömmliche Lyoner mit Schweinefleisch

Rindfleisch-Würstchen*
265 g

0024

Bio Rinder-Würstchen mit Pflanzenöl (6 Stück)

Zutaten:

*Rindfleisch 65%, Trinkwasser, *Sonnenblumenöl 12%, Meersalz, *Gewürze, *Gewürzextrakte, Säureregulator: Natriumcitrate, Saitling (Schaf), Buchenholzrauch.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-006 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)
Kann Spuren von Sellerie und Senf enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1015 kJ/ 241 kcal

Fett: 21 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 5,6 g³

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 7,7 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 7,8 g

Kohlenhydrate: <1,0 g

davon

- Zucker: <1,0 g

Ballaststoffe: 0,1 g

Eiweiß: 13 g

Salz: 1,5 g

³33% weniger gesättigte Fettsäuren als herkömmliche Rinder-Würstchen mit Schweinespeck.

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Rindfl.-Pfeffer-Lyoner* 200 g

0023

Bio Rinder-Pfefferlyoner mit Pflanzenöl

Zutaten:

*Rindfleisch 65%, Trinkwasser, *Sonnenblumenöl 12%, Meersalz, grüner *Pfeffer 1,5%, *Gewürze, *Gewürzextrakte, *Zwiebeln, *Dextrose, Säureregulator: Natriumcitrate.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-006 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)
Kann Spuren von Sellerie und Senf enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 867 kJ/ 209 kcal

Fett: 17 g³

davon

- gesättigte Fettsäuren: 4,1 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 6,2 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 7,0 g

Kohlenhydrate: < 1,0 g

davon

- Zucker: < 1,0 g

Ballaststoffe: 1,1 g

Eiweiß: 13 g

Salz: 1,7 g

³34% weniger Fett als herkömmliche Rinder-Pfefferlyoner mit Schweinefleisch

Käse

Almkäse Leicht*200g

Bio Schnittkäse, mind. 30% Fett i. Tr.

0078

Zutaten:

*MILCH, Milchsäurebakterien, Speisesalz, mikrobielles Lab.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-006 (EU-Landwirtschaft)

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1068 kJ/ 255 kcal

Fett: 16 g²

davon

- gesättigte Fettsäuren: 11 g

Kohlenhydrate: 0,2 g

davon

- Zucker: 0,2 g

Ballaststoffe: 0,0 g

Eiweiß: 28 g

Salz: 1,3 g

Calcium: 920 mg (115%**)

²mind. 30% weniger Fett als Egle Sennkäse mit 55% Fett i. Tr.

**der Referenzmenge für Erwachsene

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

MHD: Mindestens 16 Tage; im Kühlschrank aufbewahren

Bergblütenkäse* 200 g

Bio Schnittkäse mit Kräuter-Blütenmantel, mind. 55% Fett i. Tr.

0076

Zutaten:

*MILCH, Milchsäurebakterien, *Kräuter-Blüten-Mischung 1,5%, Speisesalz, mikrobielles Lab, Rotkultur.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-006 (EU-Landwirtschaft)

Unter Schutzatmosphäre verpackt.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1656 kJ/ 398 kcal

Fett: 34 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 23,8 g

Kohlenhydrate: 0,2 g

davon

- Zucker: 0,2 g

Ballaststoffe: 0,0 g

Eiweiß: 23 g

Salz: 1,5 g

Calcium: 820 mg (102%)²

²der Referenzmenge für Erwachsene

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

MHD: Mindestens 16 Tage; im Kühlschrank aufbewahren

Bergkäse Allgäuer Art* 200 g

Bio Hartkäse Allgäuer Art, mind. 50% Fett i. Tr.

0075

Zutaten:

*ROHMILCH, Milchsäurebakterien, Speisesalz, mikrobielles Lab, Rotkultur.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-006 (EU-Landwirtschaft)

Unter Schutzatmosphäre verpackt.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1734 kJ/ 418 kcal

Fett: 34 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 26 g

Kohlenhydrate: 0 g

davon

- Zucker: 0 g

Ballaststoffe: 0 g

Eiweiß: 28 g

Salz: 1,6 g

Calcium: 890 mg (111%)²

²der Referenzmenge für Erwachsene

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

MHD: Mindestens 16 Tage; im Kühlschrank lagern

Fertiggerichte mit Rind-/ Kalbfleisch

Chili con Carne* 400 g

Bio Chili con Carne (Würziges Chili mit magerem Rindfleisch und Gemüse, tafelfertig)

0157

Zutaten:

*Tomaten püriert 40%, *Rindfleisch zerkleinert 20%², *Kidneybohnen, *Mais, *Zwiebeln, *Gemüsepaprika, *Sonnenblumenöl 2%, *Stärke, Meersalz, *Gewürze, *Reismehl, *Chilipulver, *Rohrohrzucker.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-006 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

²Gewichtsverlust durch Erhitzen

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 407 kJ/ 97 kcal

Fett: 3,4 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 1,1 g

Kohlenhydrate: 9,9 g

davon

- Zucker: 3,8 g

Ballaststoffe: 4,1 g

Eiweiß: 4,7 g

Salz: 1,3 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Geschnetzeltes Stroganoff*370g

Bio Rindergeschnetzeltes Stroganoff, tafelfertig

0156

Zutaten:

*Rindfleisch 40%², Trinkwasser, *Champignons 6%, *Zwiebeln 5%, *Rotwein 3%, *Tomatenmark, *SCHMAND 3%, *pflanzliche Öle (*Raps, *Sonne), *SENF (Wasser, *SENFSAATEN, *Branntweinessig, Meersalz, *Gewürze, *Kräuter), *Stärke, jodiertes Speisesalz, *Rohrohrzucker, *Maltodextrin, *Tomatenpulver, Verdickungsmittel: *Johannisbrotkernmehl, *Pastinaken, *Karamellzucker, *WEIZENMEHL, *Karotten, *Gewürze, *Kräuter.

Kann Spuren von Sellerie und Sulfite enthalten.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-003 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

²Gewichtsverlust durch Erhitzen

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 368 kJ/ 88 kcal

Fett: 3,6 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 1,3 g

Kohlenhydrate: 4,2 g

davon

- Zucker: 1,6 g

Ballaststoffe: 0,5 g

Eiweiß: 9,6 g

Salz: 1,1 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Gulasch-Suppe* 400 g

Bio Gulasch-Suppe mit magerem Rindfleisch (tafelfertig)

0115

Zutaten:

Wasser, *Rindfleisch 20%², *Zwiebeln, *Karotten, *WEIZENMEHL, *Tomatenmark, *Sonnenblumenöl 2,7%, *Paprika, *Gewürze (mit *SELLERIE), Meersalz, *Apfelessig, *Rohrzucker, *Kräuter, *Glukosesirup, *Stärke, *Reismehl, *Karamellzucker, Verdickungsmittel: Guarkernmehl.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-006 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

²Gewichtsverlust durch Erhitzen

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 310 kJ/ 74 kcal

Fett: 4,0 g

davon:

- gesättigte Fettsäuren: 0,8 g

Kohlenhydrate: 5,5 g

davon

- Zucker: 2,9 g

Ballaststoffe: 0,9 g

Eiweiß: 4,0 g

Salz: 2,0 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Hackbällchen/Tomatensauce*400g

4 Bio Rindfleisch-Klößchen in Tomatensauce (tafelfertig)

0124

Zutaten:

*Tomatenkräutersauce 65% (Trinkwasser, *Tomatenmark 18%, *Sonnenblumenöl 7,6%, *Gewürze, *Kräuter, Meersalz, *WEIZENMEHL, *Stärke, *Apfelessig, *Reismehl), *Hackfleischbällchen 35% (*Rindfleisch 80%² z. T. fein zerkleinert, Trinkwasser, *Paniermehl (*WEIZENMEHL, *Hefe, Speisesalz), *Zwiebeln, *Lauch, Meersalz, *Kräuter, *Gewürze, *WEIZENMEHL).

Kann Spuren von Sellerie und Senf enthalten.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-006 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

²Gewichtsverlust durch Erhitzen.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 486 kJ/ 116 kcal

Fett: 6,8 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 1,8 g

Kohlenhydrate: 8,1 g

davon

- Zucker: 1,8 g

Ballaststoffe: 1,4 g

Eiweiß: 5,7 g

Salz: 1,1 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Königsberger Klopse* 400 g

4 Bio Rindfleischklößchen in einer hellen Kapernsauce (tafelfertig)

0175

Zutaten:

*Kapernsauce 59% (Wasser, *Zwiebeln, *Sonnenblumenöl, *Kapern 4% , *Stärke, *SAHNE, *MILCH, *Apfelessig, *MILCHEIWEISS, Meersalz, *SENF (Wasser, *SENFSAAT, *Branntweinessig, Meersalz, *Gewürze, *Kräuter), *Rohrohrzucker, *Gewürze, *Zitronenextrakt, *Dextrose, *Reismehl), *Fleischklößchen 41% (*Rindfleisch² 66% z. T. fein zerkleinert, *Zwiebeln, *Weißbrot (*WEIZENMEHL, *Hefe, Salz), Wasser, *Lauch, Meersalz, *Gewürze, *Reismehl, Säuerungsmittel: Natriumcitrat).

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-006 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

²Gewichtsverlust durch Erhitzen

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 545 kJ/ 131 kcal

Fett: 9,3 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 2,6 g

Kohlenhydrate: 5,7 g

davon

- Zucker: 1,0 g

Ballaststoffe: 0,5 g

Eiweiß: 5,9 g

Salz: 1,0 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Ravioli in Bolognesesauce*400g

Bio Ravioli in Bolognesesauce (tafelfertig)

0153

Zutaten: *Tomatensauce 75% (Wasser, *Tomaten 14%, *Rindfleisch (z. T. zerkleinert) 10%², *Tomatenmark 7%, *Stärke, *Kräuter, *Gewürze, *Rohrohrzucker, *Sonnenblumenöl, Meersalz, *Reismehl, *Dextrose, *Karamellzucker, *Zitronenöl, *Glukosesirup, Verdickungsmittel: *Guarkernmehl), *Ravioli 25% (*HARTWEIZENGRIEß, *VOLLEI, *Blattspinat 10%, *Ricotta (*MOLKENEIWEIßKÄSE) 9%, Wasser, *Semmelbrösel (*WEIZENMEHL, Salz, *Hefe), *GOUDA 2%, *Stärke, Meersalz, *Reismehl, *Kräuter, *Gewürze, *Zitronensaft, *Dextrose, *Sonnenblumenöl).

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-006 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

²Gewichtsverlust durch Erhitzen.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 351 kJ/ 83 kcal

Fett: 2,0 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0,9 g

Kohlenhydrate: 12 g

davon

- Zucker: 2,5 g

Ballaststoffe: 1,3 g

Eiweiß: 4,3 g

Salz: 0,90 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Rinder-Gulasch* 400 g

Feines Bio Rinder-Gulasch aus magerem Rindfleisch in einer würzigen Sauce (tafelfertig)

0125**Zutaten:**

*Rindfleisch² 50%, Trinkwasser, *Zwiebeln, *Sonnenblumenöl 3%, *WEIZENMEHL, *rote Gemüsepaprika, *Gewürze, Meersalz, *Tomatenmark, *Rotwein, *Dextrose, *Gewürzextrakt, *Kräuter, *Glukosesirup, *Reismehl, *Stärke, *Karamellzucker, Verdickungsmittel: Guarkernmehl.
*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-006 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)
²Gewichtsverlust durch Erhitzen

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 342 kJ/ 82 kcal

Fett: 3,4 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 1,0 g

Kohlenhydrate: 5,0 g

davon

- Zucker: 1,0 g

Ballaststoffe: 0,5 g

Eiweiß: 7,5 g

Salz: 1,0 g

Rinder-Roulade*360g

Bio Rinderroulade in einer braunen Sauce (tafelfertig, 1 Roulade)

0118**Zutaten:**

*Rinderroulade vorgegart 47% (*Rindfleisch² 65%, *Gewürzgurke 17,7% (*Gurken, *Branntweinessig, *Rohrohrzucker, Meersalz), *Zwiebeln 12,5%, *SENF 4,3% (Wasser, *SENFSAATEN, *Branntweinessig, Meersalz, *Gewürze, *Kräuter), Meersalz, *Gewürze); Wasser, *Zwiebeln 1,9%, *Rotwein 1,4% (enthält SULFITE), *Tomatenmark, *SENF (Wasser, *SENFSAATEN, *Branntweinessig, Meersalz, *Gewürze, *Kräuter), *Rohrohrzucker, *Maisstärke, Speisesalz, *Gewürze, *Maltodextrin, *Tomatenpulver, Verdickungsmittel: *Johannisbrotkernmehl, *Gemüsepulver (*Pastinaken, *Zwiebeln, *Tomaten), *Karamellzucker, *Rapsöl 0,2%, *Dextrose, Gewürzextrakte, *Karotten, *Sonnenblumenöl, *Kräuter.
*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-003 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)
²Gewichtsverlust durch Erhitzen.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 404 kJ/ 97 kcal

Fett: 4,7 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 2,0 g

Kohlenhydrate: 3,9 g

davon

- Zucker: 2,2 g

Ballaststoffe: 0,9 g

Eiweiß: 9,0 g

Salz: 1,43 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Zubereitung: Die Roulade mit der Sauce in einen Topf geben und unter gelegentlichem Umrühren schonend erhitzen, nicht kochen.

Rindfl.-Geschnetzeltes*
400 g

0121

Bio Rindergeschnetzeltes in Sauce (tafelfertig)

Zutaten:

Trinkwasser, *Rindfleisch 40%², *Zwiebeln 15%, *Champignons 5%, *Sonnenblumenöl 2,6%, *WEIZENMEHL, *Karamellzucker, *Reismehl, Meersalz, *Tomaten, *Stärke, *Gewürze, *Kräuter, *Glukosesirup, Verdickungsmittel: Guarkernmehl.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-006 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

²Gewichtsverlust durch Erhitzen.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 297 kJ/ 71 kcal

Fett: 2,4 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 1,2 g

Kohlenhydrate: 5,5 g

davon

- Zucker: 1,0 g

Ballaststoffe: 0,5 g

Eiweiß: 6,5 g

Salz: 1,0 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Sauce Bolognese* 400 g

0139

Bio Bolognesesauce (tafelfertig)

Zutaten:

*Rindfleisch zerkleinert² 28%, *Tomatenmark 25%, *Tomaten 25%, *Zwiebeln, Trinkwasser, *Karotten, *SELLERIE, *Rotwein, *Sonnenblumenöl 2%, *Stärke, Meersalz, *Rohrohrzucker, *Gewürze, *Kräuter.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-006 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

²Gewichtsverlust durch Erhitzen

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 435 kJ/ 104 kcal

Fett: 5,3 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 2,0 g

Kohlenhydrate: 5,8 g

davon

- Zucker: 4,5 g

Ballaststoffe: 1,2 g

Eiweiß: 7,7 g

Salz: 1,6 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Schaschlik-Topf*400g

0126

Bio Rindfleischtopf nach Art eines Schaschliks ohne Speck (tafelfertig)

Zutaten:

Wasser, *Rindfleisch 33%², *Gemüse in veränderlichen Gewichtsanteilen 16% (*Zwiebeln, *Paprika), *Stärke, *Tomaten, *Tomatenmark, *Gewürze, *Sonnenblumenöl, Meersalz, *Karamell, *Rohrohrzucker, *Glukosesirup, *Reismehl, Verdickungsmittel: Guarkernmehl.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-006 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

²Gewichtsverlust durch Erhitzen.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 321 kJ/ 76 kcal

Fett: 2,5 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0,6 g

Kohlenhydrate: 6,0 g

davon

- Zucker: 2,2 g

Ballaststoffe: 1,1 g

Eiweiß: 6,9 g

Salz: 2,3 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Schwäbische Bio Maultaschen g.g.A. (geschützte geografische Angabe) in
konzentrierter Gemüsebrühe (140 g Maultascheneinwaage = 2 Stück), tafelfertig

Zutaten:

Trinkwasser, *Kalbfleisch 6,6%, *HARTWEIZENGRIESS, *Weißbrot
(*WEIZENMEHL, *Hefe, Salz), *VOLLEI, *Spinat 1,7%, Meersalz, *Lauch,
*Sonnenblumenöl, *SENF (Trinkwasser, *SENFSAAT, *Branntweinessig,
Meersalz, *Gewürze, *Käuter), *Gewürze (mit *SELLERIE), *Kräuter,
*Glukosesirup, *Zucker.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-006 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

100 ml zubereitetes Produkt enthalten durchschnittlich:

Energie: 188 kJ/ 45 kcal

Fett: 1,0 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0,4 g

Kohlenhydrate: 5,8 g

davon

- Zucker: 0,1 g

Ballaststoffe: 0,5 g

Eiweiß: 3,1 g

Salz: 1,1 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Fertiggerichte mit Wild

Hirsch-Gulasch 400 g

Hirsch-Gulasch in Rotwein-Preiselbeer-Sauce (tafelfertig)

0159

Zutaten:

Hirschfleisch 51%², Trinkwasser, Zwiebeln, Rotwein 5%, Preiselbeeren 4% (Preiselbeeren, Zucker, Geliermittel: Pektin, Säuerungsmittel: Citronensäure), Tomaten, Sonnenblumenöl 1%, WEIZENMEHL, Lebkuchen (WEIZENMEHL, Karamellzuckersirup, Zucker, Gewürze), Gewürze, Kräuter, SENF (Wasser, GELBSENFSAAT, Branntweinessig, Meersalz, BRAUNSENFSAAT, Gewürze, Kräuter), Meersalz, Glukosesirup, Rohrohrzucker, Karamellzucker, Gewürzextrakte, Reismehl, Stärke, Verdickungsmittel: Guarkernmehl.

²Gewichtsverlust durch Erhitzen

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 383 kJ/ 91 kcal

Fett: 3,0 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 1,5 g

Kohlenhydrate: 5,0 g

davon

- Zucker: 2,5 g

Ballaststoffe: 0,4 g

Eiweiß: 11 g

Salz: 0,8 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Reh-Ragout 400g

Rehragout mit Steinpilzen (tafelfertig)

0158

Zutaten:

Rehfleisch 50%², Wasser, Steinpilze 10%, Zwiebeln, Rotwein 4%, Preiselbeeren 3% (Preiselbeeren, Zucker, Geliermittel: Pektin, Säuerungsmittel: Zitronensäure), Tomatenmark, Sonnenblumenöl 1%, WEIZENMEHL, Lebkuchen (WEIZENMEHL, Karamellzuckersirup, Zucker, Gewürze), Gewürze, Kräuter, SENF (Wasser, GELBSENFSAAT, Branntweinessig, Meersalz, BRAUNSENFSAAT, Gewürze, Kräuter), Meersalz, Glukosesirup, Rohrohrzucker, Karamellzucker, Gewürzextrakte, Reismehl, Stärke, Verdickungsmittel: Guarkernmehl.

²Gewichtsverlust durch Erhitzen

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 338 kJ/ 80 kcal

Fett: 2,0 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0,7 g

Kohlenhydrate: 6,2 g

davon

- Zucker: 2,9 g

Ballaststoffe: 0,8 g

Eiweiß: 9,3 g

Salz: 0,9 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Fertiggerichte mit Geflügel

Hühner-Frikassee*360g

Bio Hühnerfrikassee mit Gemüse (tafelfertig)

0120

Zutaten:

Trinkwasser, *Hühnerfleisch² gegart 25%, *Champignons 7,4%, *SAHNE, *Spargel 5,5%, *Erbsen 3%, *Karotten 1,7%, *Zwiebeln, *WEIZENMEHL, *Stärke, *MAGERMILCHPULVER, jodiertes Speisesalz, *Zitronensaft, *Maltodextrin, *Rohrohrzucker, *Sonnenblumenöl, *Gewürze, *Kräuter.

Kann Spuren von Sellerie enthalten.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-003 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

²Gewichtsverlust durch Erhitzen.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 381 kJ/ 91 kcal

Fett: 3,5 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 1,9 g

Kohlenhydrate: 5,4 g

davon

- Zucker: 1,1 g

Ballaststoffe: 0,5 g

Eiweiß: 9,4 g

Salz: 1,0 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Hühner-Suppe mit Gemüse*350ml

Bio Hühnersuppe (tafelfertig)

0114

Zutaten:

Trinkwasser, *Hühnerfleisch² 10%, *Karotten 8,7%, *Lauch 5,3%, *SELLERIE 5,3%, jodiertes Speisesalz, *Rohrohrzucker, *Maisstärke, *Zwiebeln, *Sonnenblumenöl. *Gewürze, *Kräuter.

Kann Spuren von Gluten und Milch enthalten.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-003 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

²Gewichtsverlust durch Erhitzen.

100 ml enthalten durchschnittlich:

Energie: 108 kJ/ 26 kcal

Fett: 0,4 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0,2 g

Kohlenhydrate: 2,1 g

davon

- Zucker: 1,1 g

Ballaststoffe: 0,7 g

Eiweiß: 3,4 g

Salz: 1,55 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Zutaten:

*Putenfleisch 45%², Wasser, *Sauerkraut 18% (*Weißkohl, Meersalz), *Paprika, *Stärke, *Tomatenmark, *MILCH fettarm, *Sonnenblumenöl, Meersalz, *Gewürze, *Gewürzextrakte, *Rohrohrzucker, *Reismehl, *Glukosesirup, *Karamellzucker, Verdickungsmittel: Guarkernmehl.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-006 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

²Gewichtsverlust durch Erhitzen.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 413 kJ/ 99 kcal

Fett: 5,2 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 1,4 g

Kohlenhydrate: 3,9 g

davon

- Zucker: 0,9 g

Ballaststoffe: 1,0 g

Eiweiß: 8,6 g

Salz: 2,0 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Fertiggerichte mit Fisch

Fisch-Suppe*370g

Fischsuppe mit Bio Gemüse, tafelfertig

0106

Zutaten:

Trinkwasser, SEELACHS 14%², LACHS 14%², *Zwiebel, *Kartoffeln 8%, weiße *Bohnen 7%, *Rapsöl, *Rohrohrzucker, Speisesalz, *Maisstärke, *Karotten, *Sonnenblumenöl, Verdickungsmittel: *Guarkernmehl, *Gewürze, *Kräuter, *Pfeffer, *Ingwer, *Zitronensaft.

*Alle landwirtschaftlichen Zutaten stammen aus ökologischer Landwirtschaft (30%), DE-ÖKO-003

²Gewichtsverlust durch Erhitzen.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 288 kJ/ 69 kcal

Fett: 3,0 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0,5 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 1,4 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 0,9 g

Kohlenhydrate: 4,1 g

davon

- Zucker: 1,0 g

Ballaststoffe: 0,9 g

Eiweiß: 6,3 g

Salz: 2,5 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Fischtopf mit Gemüse 2x400 ml

Fischtopf mit Gemüse (tafelfertig)

0110

Zutaten:

Wasser, SEELACHS (Pollachius virens) 17,5%², WILDLACHS (Oncorhynchus spp.) 12,5%², Gemüse in veränderlichen Gewichtsanteilen 13,5% (Paprika, Gurke, Weißkohl, Zwiebel), Distelöl 3%, Tomatenmark, Meersalz, Rohrohrzucker, Stärke, Verdickungsmittel: Guarkernmehl, Gewürze, Kräuter. Kann Spuren von Gluten, Ei, Soja, Milch, Sellerie und Senf enthalten.

²Gewichtsverlust durch Erhitzen.

100 ml enthalten durchschnittlich:

Energie: 259 kJ/ 62 kcal

Fett: 3,1 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0,4 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 0,4 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 2,3 g³

Kohlenhydrate: 3,0 g

davon

- Zucker: 1,6 g

Eiweiß: 5,5 g

Salz: 1,3 g

³davon Fisch-Omega-3-Fettsäuren (EPA und DHA) 0,1 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Nordische Lachs-Suppe
2x400 ml

0108

Nordische Lachssuppe (tafelfertig)

Zutaten:

Wasser, WILDLACHS (*Oncorhynchus* spp., FAO 61) 20%², Gemüse in veränderlichen Gewichtsanteilen 13% (Karotten, Erbsen, SELLERIE, Zwiebeln), SAHNE, Distelöl 3%, Meersalz, Rohrohrzucker, Stärke, Verdickungsmittel: Guarkernmehl, Gewürze, natürliches Aroma, Kräuter.

Kann Spuren von Gluten, Ei, Soja und Senf enthalten.

²Gewichtsverlust durch Erhitzen.

100 ml enthalten durchschnittlich:

Energie: 304 kJ/ 73 kcal

Fett: 4,9 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 1,5 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 0,8 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 2,6 g³

Kohlenhydrate: 3,5 g

davon

- Zucker: 1,7 g

Eiweiß: 3,7 g

Salz: 1,2 g

³davon Fisch-Omega-3-Fettsäuren (EPA und DHA) 0,05 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Vegetarische Fertiggerichte

**Bulgur-Pfanne m.
Gemüse*2x150g**

0242

Bio Bulgur-Gemüse-Pfanne

Zutaten:

*BULGUR 87%, *Gemüse getrocknet in veränderlichen Gewichtsanteilen 9% (*Zwiebeln, *Champignon, *Paprika, *Kürbis, *Lauch), Meersalz, *Knoblauch, *Kurkuma gemahlen, *Ingwerpulver, *Chilipulver, *Kreuzkümmel.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-003 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

Kann Spuren von Soja, Schalenfrüchten und Sesam enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1391 kJ/ 329 kcal

Fett: 1,1 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0,2 g

Kohlenhydrate: 64 g

davon

- Zucker: 3,3 g

Ballaststoffe: 12 g

Eiweiß: 9,8 g

Salz: 2,5 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Zubereitung: Beutelinhalt in einer Pfanne mit etwas Öl kurz anbraten, mit 400 ml Wasser und ½ TL Suppenwürze ablöschen, Deckel aufsetzen und bei niedriger Temperatur etwa 10 Minuten köcheln lassen. Gelegentlich umrühren. Trocken, dunkel und kühl lagern.

Linsen-Eintopf* 400 g

0128

Bio Linseneintopf (ohne Fleisch, tafelfertig)

Zutaten:

Wasser, *Linsen 23%, *Karotten, *Kartoffeln, *Zwiebeln, Meersalz, *Sonnenblumenöl, *Rohrohrzucker, *Kräuter, *Gewürze (mit *SELLERIE),

*Tomatenmark, *Glukosesirup, *Stärke, *Karamellzucker, *Reismehl,

*Gewürzextrakt, Verdickungsmittel: Guarkernmehl, *Apfelessig.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-006 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 250 kJ/ 59 kcal

Fett: 1,2 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0,3 g

Kohlenhydrate: 10 g

davon

- Zucker: 0,5 g

Ballaststoffe: 2,0 g

Eiweiß: 2,1 g

Salz: 1,3 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Zubereitung: Linseneintopf in einen Topf geben und unter gelegentlichem Umrühren erhitzen, nicht kochen.

Quinoa-Pfanne* 2x150 g

Bio Quinoa-Gemüse-Pfanne

0220

Zutaten:

*Quinoa 73%, *rote Linsen, *Gemüse getrocknet in veränderlichen Gewichtsanteilen 7,5% (*Karotten, *Zwiebeln, *Zucchini, *Kürbis, *Lauch), Gewürzmischung (Meersalz, *Ingwer, *Kreuzkümmel, *Chili, *Liebstöckel).
*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-003 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)
Kann Spuren von Gluten, Soja, Schalenfrüchten und Sesam enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1448 kJ/ 343 kcal

Fett: 4,8 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0,5 g

Kohlenhydrate: 56 g

davon

- Zucker: 4,2 g

Ballaststoffe: 10 g

Eiweiß: 14 g

Salz: 1,3 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Zubereitung: Beutelinhalt in einer Pfanne mit etwas Öl kurz anbraten, 400 ml Wasser angießen, kurz aufkochen und bei niedriger Temperatur mit Deckel etwa 12-14 Minuten köcheln lassen. Gelegentlich umrühren. Bei Bedarf nachsalzen. Trocken, dunkel und kühl lagern.

Steinpilz-Risotto* 300g

Fertigmischung für Steinpilzrisotto (Inhalt reicht für 2-3 Portionen)

0235

Zutaten:

Carnaroli-Reis 94%, Steinpilze getrocknet 2,6%, Karotten, Schnittlauch, Petersilie, Knoblauch.

Unter Schutzatmosphäre verpackt.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1716 kJ/ 404 kcal

Fett: 0,6 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0,4 g

Kohlenhydrate: 90 g

davon

- Zucker: 0,4 g

Ballaststoffe: 3,0 g

Eiweiß: 8,2 g

Salz: 0,01 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Zubereitung: In einem Topf 1 EL Olivenöl erhitzen, die Risottomischung darin kurz anschwitzen. Unter häufigem Rühren nach und nach ca. 1 l Brühe zugeben, so dass der Reis gerade bedeckt ist. Leicht köcheln, bis das Risotto cremig und bissfest ist (ca. 15 Minuten).

Trocken lagern.

Bio Erbsenprotein-Granulat

Zutaten: *Erbsenprotein 87%, gelbes *Erbsenmehl.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, CZ-BIO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1647 kJ/ 389 kcal

Fett: 4,1 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0,7 g

Kohlenhydrate: 8,3 g

davon

- Zucker: 0,2 g

Ballaststoffe: 3,5 g

Eiweiß: 78 g

Salz: 2,2 g

Eisen: 23,8 mg (170%**)

**der Referenzmenge für die tägliche Zufuhr eines Erwachsenen

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken lagern, nicht über 20°C.

Zubereitung: 75 g Granulat in 250 ml Brühe ca. 5 Minuten aufkochen.

Anschließend in ein Sieb geben, abtropfen lassen und wie rohes Hackfleisch weiter verwenden. Für eine weichere Konsistenz 300 ml Brühe verwenden und die Kochzeit auf 15-20 Minuten erhöhen. 150 g Granulat ergeben ca. 450 g zubereitetes Vegetarisches Hack. Rezepte auf der Packung.

Suppen

Delikatess-Suppe 400 g

Klare Suppe gekörnt (ergibt 20 Liter Suppe)

0039

Zutaten:

Jodsalz (Meersalz, Kaliumjodat), Maltodextrin, Hefeextrakt, natürliche Aromen, Zwiebeln, Karotten 1,9%, Sonnenblumenöl, Lauch 1,4%, SELLERIEPULVER 1,1%, konzentrierter Gemüsesaft (Karotten, Zwiebeln), Gewürze (enthält SELLERIESAMEN), Zucker, Kräuter (enthält SELLERIEBLÄTTER).
Kann Spuren von Gluten, Ei, Laktose und Senf enthalten.

100 ml verzehrfertige Suppe, ohne zusätzliche Einlagen, enthalten durchschnittlich:

Energie: 16 kJ/ 4 kcal

Fett: 0,0 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0,0 g

Kohlenhydrate: 0,6 g

davon

- Zucker: 0,1 g

Eiweiß: 0,2 g

Salz: 1,0 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Zubereitung: 1 leicht gehäufter TL (5 g) in 250 ml kochendem Wasser auflösen.

Ergibt 1 Teller Suppe.

Dose geschlossen und trocken aufbewahren.

Gemüse-Bouillon* 2x160 g

Gekörnte Bio Gemüse-Bouillon mit Gemüse (16%) und Kräutern (2%) (160 g ergeben 8 Liter Suppe)

0236

Zutaten:

*Maltodextrin, *Maisstärke, Meersalz, *Glukosesirup, *Zwiebelpulver 5,2%, *Karotten 4,9%, *Lauch 4,2%, Hefeextrakt, *Tomatenpulver, *Karamellzucker, *Karottensaftkonzentrat, *Liebstöckelblätter, *Zwiebelsaftkonzentrat, *Petersilie, *Sonnenblumenöl, *Oregano, *SELLERIEBLÄTTER, *Kürbispulver, *Muskatnuss, *Liebstöckelwurzel, *Pfeffer, *Lorbeer, *Knoblauch, *Fenchelsamen.
*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

100 ml verzehrfertige Suppe, ohne zusätzliche Einlagen, enthalten durchschnittlich:

Energie: 26 kJ/ 6 kcal

Kohlenhydrate: 1,3 g

Eiweiß: 0,1 g

Salz: 0,29 g

Enthält geringfügige Mengen von Fett, gesättigten Fettsäuren und Zucker.

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken lagern bei Raumtemperatur.

Zubereitung: 1 gehäufter TL (5g) in 250 ml Wasser kurz aufkochen. Ergibt einen Teller Gemüsebouillon.

Gemüsebrühe 320 g

Klare Gemüsebrühe gekörnt (ergibt 16 Liter Suppe)

0119

Zutaten:

Meersalz, Hefeextrakt, *Gemüse 20% (*Karotten, *Zwiebeln, *SELLERIE), *Sonnenblumenöl 5%, *Kräuter, *Gewürze, *Steinpilzpulver.

*52% der landwirtschaftlichen Zutaten stammen aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-006

Kann Spuren von Gluten, Soja, Milch und Lupine enthalten.

100 ml verzehrfertige Suppe, ohne zusätzliche Einlagen, enthalten

durchschnittlich:

Energie: 14 kJ/ 3,4 kcal

Fett: 0,1 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0,0 g

Kohlenhydrate: 0,3 g

davon

- Zucker: 0,2 g

Eiweiß: 0,3 g

Salz: 1,0 g

Zubereitung: 1 gehäufte Teelöffel (5g) in 1/4 Liter Wasser kurz aufkochen.

Trocken und kühl lagern, nicht über 20°C.

**Klare Brühe & Würze*
2x140 g**

Gekörnte Bio-Gemüsebrühe (140 g ergeben 7 Liter Suppe)

0238

Zutaten:

Steinsalz, *Gemüsemischung in veränderlichen Gewichtsanteilen 19%

(*Zwiebeln, *Pastinaken, *Karotten, *Röstzwiebeln), *Kartoffelstärke, *Palmfett, *Rohrohrzucker, *Kräuter, *Gewürze, *Steinpilzpulver.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, AT-BIO-402 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

Kann Spuren von Ei, Soja, Sellerie, Senf und Sulfiten enthalten.

100 ml verzehrfertige Brühe, ohne zusätzliche Einlagen, enthalten

durchschnittlich:

Energie: 12 kJ/ 3 kcal

Fett: < 0,5 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: < 0,1 g

Kohlenhydrate: < 0,5 g

davon

- Zucker: < 0,5 g

Eiweiß: < 0,5 g

Salz: 0,13 g

Zubereitung: 1 leicht gehäufte Teelöffel (5g) in 250 ml Wasser kurz aufkochen.

Ergibt einen Teller Brühe.

Trocken, dunkel und kühl lagern.

Soßen

Braune Soße 2x150g

Braune Soße, Pulver (150 g ergeben 1,5 Liter Soße)

0100

Zutaten:

*Maisstärke, *Glukosesirup, Jodsatz (Meersalz, Kaliumjodat), Hefeextrakt, *Tomatenpulver, natürliches Weinaroma, *Karamellzucker, *Zwiebeln, *Sonnenblumenöl 0,7%, *Knoblauch, Säuerungsmittel: Zitronensäure.
*87% der landwirtschaftlichen Zutaten stammen aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001
Kann Spuren von Gluten, Ei, Soja, Milch, Sellerie, Senf und Sulfit enthalten.

100 ml verzehrfertige Soße, ohne zusätzliche Einlagen, enthalten durchschnittlich:

Energie: 135 kJ/ 32 kcal

Fett: 0,1 g

davon:

- gesättigte Fettsäuren: 0,0 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 0,1 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 0,0 g

Kohlenhydrate: 6,9 g

davon

- Zucker: 1,7 g

Eiweiß: 0,8 g

Salz: 1,3 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Zubereitung: In 250 ml kaltes Wasser 25 g (2,5 EL) Soßenpulver einrühren, aufkochen und unter Rühren 2 Minuten leicht kochen lassen.

Kochzeit: 2 Minuten

Trocken lagern, nicht über 20°C.

Helle Soße 2x180g

Helle Soße (Pulver, 180 g ergeben 1,5 Liter Soße)

0102

Zutaten:

WEIZENMEHL, MAGERMILCHPULVER, Kartoffelstärke, SAHNEPULVER, jodiertes Meersalz, Hefeextrakt, Zwiebeln 2,6%, Sonnenblumenöl 1,7%, natürliches Aroma, Dextrose, Gewürze, konzentrierter Zitronensaft, Maltodextrin.
Kann Spuren von Ei, Soja, Sellerie und Senf enthalten.

100 ml verzehrfertige Soße, ohne zusätzliche Einlagen, enthalten durchschnittlich:

Energie: 183 kJ/ 43 kcal

Fett: 0,9 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0,4 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 0,4 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 0,1 g

Kohlenhydrate: 6,4 g

davon

- Zucker: 2,3 g

Eiweiß: 2,2 g

Salz: 1,1 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken lagern, bei Raumtemperatur.

Zubereitung: 30 g (3EL) in 250 ml lauwarmes Wasser einrühren, aufkochen und unter Rühren 3 Minuten leicht kochen lassen.

**Nudel-Sauce
Arrabbiata*2x290g**

0404

Bio Tomatensauce, tafelfertig

Zutaten:

*Tomaten 52%, *Zwiebeln, *Karotten, *natives Olivenöl extra 8%, *Tomatenmark 7,4%, *SELLERIE, *Rohrohrzucker, Salz, *Basilikum, *Chili 0,6%, *Petersilie.
*Aus ökologischer Landwirtschaft, IT-BIO-006 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 362 kJ/ 87 kcal

Fett: 5,9 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0,8 g

Kohlenhydrate: 6,2 g

davon

- Zucker: 5,8 g

Eiweiß: 1,5 g

Salz: 1,5 g

**Nudel-Sauce Toskana*
2x290 g**

0406

Bio Tomatensauce, tafelfertig

Zutaten:

*Tomaten 52%, *Zwiebeln, *Karotten, *natives Olivenöl extra 8,6%, *Tomatenmark 7,4%, *SELLERIE, *Kräuter in veränderlichen Gewichtsanteilen 2,1% (*Basilikum, *Petersilie, *Oregano, *Thymian), *Rohrohrzucker, Salz, *Knoblauch.
*Aus ökologischer Landwirtschaft, IT-BIO-006 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 312 kJ/ 75 kcal

Fett: 4,3 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0,4 g

Kohlenhydrate: 7,1 g

davon

- Zucker: 1,4 g

Eiweiß: 1,2 g

Salz: 1,3 g

Pesto Rosso*2x130g

0411

Bio Pesto mit getrockneten Tomaten

Zutaten:

*Tomaten 49%, *Sonnenblumenöl, getrocknete *Tomaten 9%, *CASHEWKERNE, *Basilikum, *Kartoffelflocken, natives *Olivenöl extra, *Pinienkerne 0,4%, *Knoblauch, Meersalz.
*Aus ökologischer Landwirtschaft, IT-BIO-006 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1229 kJ/ 298 kcal

Fett: 28 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 2,6 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 9,4 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 16 g

Kohlenhydrate: 7,6 g

davon

- Zucker: 2,9 g²

Eiweiß: 2,2 g

Salz: 1,4 g

²enthält von Natur aus Zucker

Verwendung: Einfach unter fertig gekochte Pasta oder Risotto mischen. Auf geröstetem Brot, zum Würzen von Suppen und Gemüse.

Dunkel und nicht über 20°C lagern. Nach dem Öffnen im Kühlschrank lagern und zeitnah verbrauchen.

Pesto Verde*2x130g

Bio Pesto mit Basilikum

0409

Zutaten:

*Basilikum 55%, *Sonnenblumneöl, *Kartoffelflocken, natives *Olivenöl extra, *Pinienkerne 0,5%, Meersalz, *Zitronensaft.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, IT-BIO-006 (EU-Landwirtschaft)

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1573 kJ/ 382 kcal

Fett: 39 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 2,4 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 12 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 24 g

Kohlenhydrate: 5,2 g

davon

- Zucker: < 0,5 g

Eiweiß: 1,9 g

Salz: 2,2 g

Verwendung: Einfach unter fertig gekochte Pasta oder Risotto mischen. Auch auf geröstetem Brot oder zum Würzen von Suppen und Gemüse.

Dunkel und nicht über 20°C lagern. Nach dem Öffnen im Kühlschrank aufbewahren und zeitnah verbrauchen.

**Sauce à la Hollandaise
3x69g**

Zubereitung für eine Sauce à la Hollandaise (Pulver, 3 Beutel à 23 g, 1 Beutel ergibt 250 ml Soße)

0112

Zutaten:

*Maisstärke, *SÜSSMOLKENPULVER, jodiertes Meersalz, *Palmöl, Hefeextrakt, Verdickungsmittel: Guarkernmehl, Säuerungsmittel: Citronensäure, natürliches Aroma, *Gewürz.

*89% der landwirtschaftlichen Zutaten stammen aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001

100 g Basisprodukt enthalten durchschnittlich:

Energie: 1447 kJ/ 343 kcal

Fett: 8,8 g

davon:

- gesättigte Fettsäuren: 4,6 g

Kohlenhydrate: 56 g

davon

- Zucker: 20 g

Eiweiß: 8,0 g

Salz: 14,2 g

100 ml Sauce (inkl. Milch mit 1,5% Fett) enthalten durchschnittlich:

Energie: 330 kJ/ 78 kcal**

Fett: 2,3 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 1,4 g

Kohlenhydrate: 10 g

davon

- Zucker: 6,8 g

Eiweiß: 4,1 g

Salz: 1,4 g

**100 ml herkömmliche Sauce Hollandaise enthalten durchschnittlich 345 kcal, 36 g Fett und 17 g gesättigte Fettsäuren.

Trocken und nicht über 20°C lagern.

Zubereitung: Inhalt eines Beutels in 250 ml kalte Milch einrühren, aufkochen und 1 Minute leicht köcheln lassen.

**Tomaten Suppe/Soße
2x180g**

Tomatensoße und -suppe (Pulver, 180 g ergeben 1,8 Liter Soße oder 2,25 Liter Suppe)

0104

Zutaten:

Tomatenpulver 30%, WEIZENMEHL, Rohrohrzucker, jodiertes Meersalz (Meersalz, Kaliumjodat), Kartoffelstärke, Sonnenblumenöl 5%, Zwiebeln, Hefeextrakt, Rote Bete Pulver, Verdickungsmittel: Guarkernmehl, natürliches Aroma, Basilikum, Oregano, Thymian, Säuerungsmittel: Citronensäure, Knoblauchpulver.

Kann Spuren von Ei, Soja, Milch, Sellerie und Senf enthalten.

100 ml verzehrfertige Soße, ohne zusätzliche Einlagen, enthalten durchschnittlich:

Energie: 146 kJ/ 35 kcal

Fett: 0,6 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0,1 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 0,4 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 0,1 g

Kohlenhydrate: 6,3 g

davon

- Zucker: 2,9 g

Eiweiß: 0,9 g

Salz: 1,1 g

100 ml verzehrfertige Suppe, ohne zusätzliche Einlagen, enthalten durchschnittlich:

Energie: 117 kJ/ 28 kcal

Fett: 0,4 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0,0 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 0,3 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 0,1 g

Kohlenhydrate: 5,0 g

davon

- Zucker: 2,3 g

Eiweiß: 0,7 g

Salz: 0,9 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken lagern bei Raumtemperatur.

Zubereitung als Soße: 25 g (2 EL) in 0,25 Liter lauwarmes Wasser einrühren, aufkochen und unter Rühren 1 Minute leicht kochen lassen.

Zubereitung als Suppe: 40 g (3 EL) in 0,5 Liter lauwarmes Wasser einrühren, aufkochen und unter Rühren 1 Minute leicht kochen lassen. Ergibt 2 Teller Suppe.

Vegetar. Soße Bolognese
6x60 g

0117

Tomatensoßenpulver mit granuliertem Sojaweiß nach Bologneser Art
(Gesamtinhalt 360 g, 6 Beutel à 60 g, 1 Beutel ergibt 260 ml Soße)

Zutaten:

Tomatenpulver 33%, SOJAEIWEISS 17%, Maltodextrin, Jodsalz (Meersalz, Kaliumjodat), Karotten 6%, WEIZENMEHL, Zwiebeln, Stärke, Rohrohrzucker, Zucchini, Sonnenblumenöl 2,9%, Hefeextrakt, Lauchpulver, Knoblauch, Kräuter, Pfeffer, Malzextrakt (enthält GERSTE).

Kann Spuren von Ei, Milch, Sellerie und Senf enthalten.

100 ml Zubereitung enthalten durchschnittlich:

Energie: 327 kJ/ 77 kcal

Fett: 0,9 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0,1 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 0,6 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 0,2 g

Kohlenhydrate: 11 g

davon

- Zucker: 5,6 g

Ballaststoffe: 2,7 g

Eiweiß: 4,6 g

Salz: 1,5 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken lagern, nicht über 20°C.

Zubereitung: 1 Beutel Bolognese Soße in 300 ml kaltes Wasser einrühren, aufkochen und unter gelegentlichem Umrühren 10 Minuten leicht kochen lassen.

1 Beutel reicht für 2 Portionen.

Suppeneinlagen

Dinkel-Backerbsen* 2x100 g

0208

Bio Dinkelbackerbsen

Zutaten:

*DINKELMEHL ° 56%, *Sonnenblumenöl 26%, *Maismehl, Steinsalz, *MAGERMILCHPULVER, *Muskat, *Backpulver (*Maisstärke, Säuerungsmittel: *Kaliumtartrate aus *Traubensaft, Backtriebmittel: Natriumhydrogencarbonat).
*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-006 (EU-Landwirtschaft)
°Dinkel = Ur-WEIZENART

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 2143 kJ/ 513 kcal

Fett: 29 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 2,6 g

Kohlenhydrate: 53 g

davon

- Zucker: 0,6 g

Ballaststoffe: 3,9 g

Eiweiß: 8,1 g

Salz: 2,5 g

Trocken und dunkel lagern, nicht über 20°C.

Dinkel-Suppennudeln*250 g

0155

Bio Dinkel Buchstaben-Suppennudeln

Zutaten: *DINKELMEHL.

Kann Spuren von Ei enthalten.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-Landwirtschaft).

100 g ungekochte Teigwaren enthalten durchschnittlich:

Energie: 1512 kJ/ 356 kcal

Fett: 1,8 g

davon

-gesättigte Fettsäuren: 0,3 g

Kohlenhydrate: 73 g

davon

-Zucker: 4,2 g

Ballaststoffe: 2,8 g

Eiweiß: 12 g

Salz: <0,01 g

Kochzeit: 4-6 Minuten

Nudeln

Ravioli Käse-Spinat*2x250g

0222

Semifrische Bio-Teigware mit Käse- und Spinatfüllung

Zutaten:

*Nudelteig (*HARTWEIZENGRIESS, Wasser), *Füllung 40% (*Käse 50% (*RICOTTA, *BERGKÄSE, *SCHAFSKÄSE), *Paniermehl (*WEIZENMEHL, *Hefe), *MILCHPULVER, *Kartoffelflocken, *Spinat getrocknet 6%, *Sonnenblumenöl, Meersalz, *Gewürze (*Knoblauch, *Basilikum, *Pfeffer), Emulgator: *SOJALECITHIN).
*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)
Kann Spuren von Sellerie enthalten.
Unter Schutzatmosphäre verpackt.

100 g ungekochte Ravioli enthalten durchschnittlich:

Energie: 1303 kJ/ 309 kcal

Fett: 7,6 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 3,9 g

Kohlenhydrate: 46 g

davon

- Zucker: 3,2 g

Ballaststoffe: 3,4 g

Eiweiß: 12 g

Salz: 1,2 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Zubereitung: Die Ravioli in 2,5 Liter gesalzenem, leicht siedendem Wasser ca. 12-15 Minuten ziehen lassen.

Ergibt 2-3 Portionen.

Trocken lagern bei max. 20°C. Nach dem Öffnen kühlen und alsbald verbrauchen.

Tortellini-Käse*2x250g

0226

Semifrische Bio-Teigware mit Käsefüllung

Zutaten:

*Nudelteig (*HARTWEIZENGRIESS, Wasser), *Füllung 26% (*Käse 40% (*SCHAFSKÄSE, *RICOTTA), *Paniermehl (*WEIZENMEHL, *Hefe), *MILCHPULVER, *Sonnenblumenöl, Meersalz, Emulgator: *SOJALECITHIN, *Pfeffer).
*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)
Kann Spuren von Sellerie enthalten.
Unter Schutzatmosphäre verpackt.

100 g ungekochte Tortellini enthalten durchschnittlich:

Energie: 1273 kJ/ 302 kcal

Fett: 5,1 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 2,8 g

Kohlenhydrate: 51 g

davon

- Zucker: 2,5 g

Ballaststoffe: 3,8 g

Eiweiß: 11 g

Salz: 1,1 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Zubereitung: Die Tortellini in 2,5 Liter gesalzenem, leicht siedendem Wasser ca. 12-15 Minuten ziehen lassen.

Ergibt 2-3 Portionen.

Trocken lagern bei max. 20°C. Nach dem Öffnen kühlen und alsbald verbrauchen.

**Vollk.Cappelletti-Gemüse*2
x250g**

Semifrische Bio-Teigware mit Gemüsefüllung

0228

Zutaten:

*Nudelteig (*Vollkorn-HARTWEIZENGRIESS, Wasser), *Füllung 26% (*Gemüse in veränderlichen Gewichtsanteilen 65% (*Zwiebeln, *Karotten, *Lauch, *Spinat), *Paniermehl (*WEIZENMEHL, *Hefe), *Kartoffelflocken, *Sonnenblumenöl, Meersalz, *Gewürze (*Knoblauch, *Pfeffer, *Bohnenkraut), Emulgator: *SOJALECITHIN).

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)
Kann Spuren von Milch und Sellerie enthalten.

Unter Schutzatmosphäre verpackt.

100 g ungekochte Cappelletti enthalten durchschnittlich:

Energie: 1264 kJ/ 300 kcal

Fett: 5,1 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 1,9 g

Kohlenhydrate: 52 g

davon

- Zucker: 2,7 g

Ballaststoffe: 5,9 g

Eiweiß: 8,2 g

Salz: 1,1 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Zubereitung: Die Cappelletti in 2,5 Liter gesalzenem, leicht siedendem Wasser ca. 12-15 Minuten ziehen lassen.

Ergibt 2-3 Portionen.

Trocken lagern bei max. 20°C. Nach dem Öffnen kühlen und alsbald verbrauchen.

Kuchen und Gebäck

Dinkel-Butterkeks*2x200g

Bio Dinkel-Butterkeks

0564

Zutaten:

*DINKELMEHL 65%, *BUTTER 19%, *Rohrohrzucker, *Zuckerrübensirup, Backtriebmittel (Natriumhydrogencarbonat, Monokaliumtartrat), *Bourbon-Vanille-Extrakt, Säuerungsmittel: Citronensäure, Meersalz.

Kann Spuren von Weizen, Ei, Erdnüsse, Soja, Schalenfrüchten und Sesam enthalten.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-013 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1948 kJ/ 464 kcal

Fett: 19 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 11 g

Kohlenhydrate: 64 g

davon

- Zucker: 14 g³

Ballaststoffe: 3,1 g

Eiweiß: 7,8 g

Salz: 1,28 g

³Herkömmliche Butterkekse enthalten durchschnittlich 21 g Zucker/100 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken lagern, nicht über 20°C.

Dinkel-Cantuccini*2x180g

Bio Dinkelgebäck mit Mandeln, doppelt gebacken

0272

Zutaten:

*DINKELMEHL 51%, *Rohrohrzucker, *MANDELN 18%, *Palmfett, *Honig 4,9%, Backpulver (Backtriebmittel: Natriumhydrogencarbonat (Natron), Säuerungsmittel: Monokaliumtartrat (Weinstein), *Maisstärke), Salz, *Bourbon-Vanille, *Koriander, *Ceylon-Zimt, *Orangenöl.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

Kann Spuren von Milch enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1950 kJ/ 465 kcal

Fett: 18 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 5,0 g

Kohlenhydrate: 63 g

davon

- Zucker: 26 g

Ballaststoffe: 5,4 g

Eiweiß: 10 g

Salz: 0,18 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken lagern, nicht über 18°C.

**Dinkel-Kokos-Waffeln*190
g**

Bio Dinkelwaffeln mit Kokoscremefüllung (65%)

0468

Zutaten:

*Kokosfett 25%, *Rohrohrzucker, *DINKELMEHL° 20%, *Kokosraspel 16%, *VOLLMILCHPULVER, *WEIZENSTÄRKE, Emulgator: *Sonnenblumenlecithin, Meersalz, *EIGELBPULVER.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

Kann Spuren von Soja, Schalenfrüchten und Sesam enthalten.

°Dinkel = eine Ur-WEIZENART

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 2361 kJ/ 567 kcal

Fett: 38 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 31 g

Kohlenhydrate: 48 g

davon

- Zucker: 27 g

Ballaststoffe: 3,5 g

Eiweiß: 6,5 g

Salz: 0,23 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken lagern, nicht über 18°C.

**Dinkel-Spritzgebäck*2x200
g**

Bio Spritzgebäck aus Dinkel

0269

Zutaten:

*Vollkorn-DINKELMEHL 50%, *BUTTER 29%, *Rohrohrzucker, *DINKELMEHL 4%.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 2151 kJ/ 515 kcal

Fett: 28 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 19 g

Kohlenhydrate: 56 g

davon

- Zucker: 15 g²

Ballaststoffe: 6,1 g

Eiweiß: 6,7 g

Salz: 0,01 g

²Herkömmliches Spritzgebäck enthält durchschnittlich 22 g Zucker.

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken lagern, nicht über 18°C. Nach dem Öffnen alsbald verbrauchen.

Haselnuss-Waffeln 10x19 g

Waffeln mit Schoko-Haselnussfüllung

0467

Zutaten:

Rohrohrzucker, HASELNÜSSE 20%, Waffel 17% (WEIZENMEHL, WEIZENVOLLKORNMEHL, Emulgator: Sonnenblumenlecithin, WEIZENSTÄRKE, Kakaopulver, Salz, Backtriebmittel: Natriumhydrogencarbonat), Kakaomasse, Kakaobutter, GETREIDE-EXTRUDAT (Reisgrieß, WEIZENMEHL, Zucker, GERSTENMALZ, Salz).
Kann Spuren von Ei, Soja, Milch und anderen Schalenfrüchten enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 2221 kJ/ 532 kcal

Fett: 31 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 13 g²

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 16 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 1,9 g

Kohlenhydrate: 53 g

davon

- Zucker: 37 g

Ballaststoffe: 6,5 g

Eiweiß: 7,1 g

Salz: 0,08 g

²Eine herkömmliche Haselnuss-Waffel enthält durchschnittlich 18,6 g gesättigte Fettsäuren pro 100 g.

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken, dunkel und kühl lagern, nicht über 18°C.

Mandel-Hörnchen* 4x75 g

Bio-Marzipan-Makronengebäck mit gehobelten Mandeln und Schokoladenfuß

0478

Zutaten:

*Marzipanrohmasse 55% (*MANDELN 52%, *Rohrohrzucker, Wasser, *Invertzuckersirup), *Rohrohrzucker, *Zartbitterschokolade 15% (*Kakaomasse, *Rohrohrzucker, *Kakaobutter), *MANDELN 8%, *Glukosesirup, *HÜHNEREIWEISSPULVER.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

Kann Spuren von Soja, Milcheiweiß, anderen Schalenfrüchten und Sesam enthalten.

Unter Schutzatmosphäre verpackt.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 2119 kJ/ 508 kcal

Fett: 29 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 6,4 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 18 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 4,6 g

Kohlenhydrate: 50 g

davon

- Zucker: 45 g

Ballaststoffe: 6,5 g

Eiweiß: 9,3 g

Salz: 0,02 g

MHD: Mindestens 4 Wochen; trocken und nicht über 18°C lagern

**Rührkuchen-Backmischung
g*2x630g**

Bio Rührkuchenteigmischung

0508

Zutaten:

*DINKELMEHL ° 56%, *Rohrohrzucker, *Maisstärke, *Backpulver (*Maisstärke, Säuerungsmittel: Monokaliumtartrat (Reinweinstein), Backtriebmittel: Natriumhydrogencarbonat (Natron)), *Kichererbsenmehl, *Sonnenblumenkernmehl, *Maltodextrin, *Kürbispulver, Meersalz, *Johannisbrotkernmehl, *Kurkuma, *Zitronenschale gemahlen, *Acerolapulver.
*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-003 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)
Kann Spuren von Soja, Schalenfrüchten und Sesam enthalten.
°Dinkel = eine Ur-WEIZENART

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1482 kJ/ 349 kcal

Fett: 0,9 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0,1 g

Kohlenhydrate: 77 g

davon

- Zucker: 31 g

Ballaststoffe: 2,2 g

Eiweiß: 7,2 g

Salz: 0,96 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken, dunkel und nicht über 20°C lagern.

Zubereitung: Beutelinhalt mit 350 ml Milch, 60 ml Backöl und 100 ml Sprudelwasser zu einem glatten Teig rühren. In eine gefettete und bemehlte Springform geben (Ø 26 cm) geben und im heißen Backofen auf mittlerem Einschub bei 170°C (Ober-/Unterhitze) ca. 40 Minuten backen (Stäbchenprobe). Den fertigen Kuchen 15 Minuten in der Form ruhen lassen, dann erst herauslösen und auskühlen lassen.

Zitronenkekse 2x190 g

Gebäck mit Süßungsmittel Maltit

0556

Zutaten:

WEIZENMEHL, Süßungsmittel: Maltit 26%, Palmfett, Karottensaftkonzentrat, Zitronenöl 0,21%, Meersalz.

Kann Spuren von Ei, Erdnüssen, Soja, Milch, Schalenfrüchten und Sesam enthalten.

Kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1814 kJ/ 434 kcal

Fett: 20 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 9,3 g

Kohlenhydrate: 68 g

davon

- Zucker: 0,61 g*

- mehrwertige Alkohole (Maltit): 28 g

Ballaststoffe: 2,4 g

Eiweiß: 5,6 g

Salz: 0,16 g

*enthält von Natur aus Zucker

Kühl und trocken lagern.

Meisterkekse

Meister Keks Ingwer
2x250g

0048

Vollkornkekse

Zutaten:

Vollkorn-HAFER (Flocken, Mehl) 30%, Rohrohrzucker, Vollkorn-DINKELMEHL[°] 20%, Rapsöl, kandierter Ingwer 8% (Ingwer, Rohrohrzucker), gemahlener Ingwer, Meersalz, Gewürze (Ceylon-Zimt, Gewürznelken), Backtriebmittel Natriumhydrogencarbonat (Speisenatrom).

Kann Spuren von anderen glutenhaltigen Getreiden, Ei, Milch, Schalenfrüchten und Sesam enthalten.

[°]Dinkel = eine Ur-WEIZENART

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1855 kJ/ 442 kcal

Fett: 17 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 3,8 g

Kohlenhydrate: 62 g

davon

- Zucker: 28 g

Ballaststoffe: 4,5 g

Eiweiß: 8,0 g

Salz: 0,5 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken lagern, nicht über 20°C.

Meister-Keks Hafer-Chia
2x250g

0066

Vollkornkekse

Zutaten:

Vollkorn-HAFER 18% (Flocken, Mehl), Vollkorn-WEIZENMEHL 17%, Rapsöl, Rohrohrzucker, Vollkorn-Hirseflocken 9%, Chiasamen 8%, ROGGENMEHL, Vollkorn-DINKELMEHL[°] 5%, natürliches Vanillearoma, Meersalz, Backtriebmittel: Natriumhydrogencarbonat.

Kann Spuren von Ei, Schalenfrüchten und Sesam enthalten.

[°]Dinkel = Ur-WEIZENART

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1944 kJ/ 465 kcal

Fett: 23 g

davon:

- gesättigte Fettsäuren: 1,6 g

Kohlenhydrate: 53 g

davon:

- Zucker: 18 g²

Ballaststoffe: 7,0 g

Eiweiß: 8,0 g

Salz: 0,4 g

²30% weniger Zucker als andere Egle Meisterkekse

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken lagern, nicht über 20°C.

Meisterkeks Hafer-Kokos
2x250g

0060

Vollkornkeks mit Hafer und Kokos

Zutaten:

Rohrohrzucker, Vollkorn-HAFERFLOCKEN 20%, Rapsöl, Vollkorn-HAFERMEHL 15%, ROGGENMEHL, Kokosraspeln 10%, Meersalz, natürliches Vanillearoma, Backtriebmittel: Natriumhydrogencarbonat (Speisenatron).
Kann Spuren von Ei, Schalenfrüchten und Sesam enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 2130 kJ/ 510 kcal

Fett: 28 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 8,7 g

Kohlenhydrate: 56 g

davon

- Zucker: 26 g

Ballaststoffe: 6,1 g

Eiweiß: 5,5 g

Salz: 0,5 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken und nicht über 20°C lagern.

Meisterkeks Schoko
2x250g

0054

Vollkorn Meister-Keks Schoko (Vollkornkeks)

Zutaten:

Rohrohrzucker, Vollkorn-HAFERFLOCKEN 20%, Rapsöl, ROGGENMEHL, Vollkorn-HAFERMEHL 10%, Zartbitterschokolade 10% (Rohrohrzucker, Kakaomasse, Kakaobutter, Vanilleextrakt), Vollkorn-WEIZENMEHL 5%, Meersalz, natürliches Vanillearoma, Backtriebmittel: Natriumhydrogencarbonat (Speisenatron).
Kann Spuren von Ei, Schalenfrüchten und Sesam enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 2060 kJ/ 492 kcal

Fett: 23 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 4,6 g

Kohlenhydrate: 63 g

davon

- Zucker: 25 g

Ballaststoffe: 4,5 g

Eiweiß: 6,0 g

Salz: 0,4 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken und nicht über 20°C lagern.

Zutaten:

Rohrohrzucker, Rapsöl, Vollkorn-HAFERMEHL 10%, Leinsamen 8%, Vollkorn-Hirseflocken 8%, Vollkorn-HAFERFLOCKEN 8%, Vollkorn-WEIZENMEHL 8%, Vollreismehl, ROGGENMEHL, Kokosraspeln, MAGERMILCHPULVER, Meersalz, natürliches Vanillearoma, Backtriebmittel: Natriumhydrogencarbonat (Speisenatron).
Kann Spuren von Ei, Schalenfrüchten und Sesam enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 2007 kJ/ 480 kcal

Fett: 23 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 6,3 g

Kohlenhydrate: 57 g

davon

- Zucker: 26 g

Ballaststoffe: 7,2 g

Eiweiß: 7,6 g

Salz: 0,5 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken lagern, nicht über 20°C.

Schokolade

Mini-Schokolinsen*2x100g

Bio Schoko-Dragee

0194

Zutaten: *Vollmilchschokolade 60% (*Rohrohrzucker, *VOLLMILCHPULVER 11,88%, *Kakaobutter 11,1%, *Kakaomasse 7,32%, *MOLKENPULVER 2,94%, *Lecithin (aus *Sonnenblumen)), *Drageeschicht (*Rohrohrzucker, *Reisstärke, *Maissirup, färbende *Frucht- und *Pflanzenauszüge (*Karotte, *Apfel, *Spirulina), *Gemüsesaftkonzentrate (*schwarze Karotte, *rote Bete), Verdickungsmittel: *Gummi arabicum, Überzugsmittel: *Carnaubawachs).
Kann Spuren von Gluten, Erdnüssen, Soja und Schalenfrüchten enthalten.
*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-013 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1995 kJ/ 475 kcal

Fett: 18 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 11 g

Kohlenhydrate: 73 g

davon

- Zucker: 71 g

Ballaststoffe: 1,7 g

Eiweiß: 4,4 g

Salz: < 0,01 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Für Kinder unter 3 Jahren nicht geeignet.

Trocken lagern, vor Wärme schützen.

Schokoblättchen Vollmilch
100g

Vollmilchschokoladenblättchen mit Süßungsmittel Maltit

0181

Zutaten:

Süßungsmittel: Maltit, Kakaobutter, VOLLMILCHPULVER, Kakaomasse, Emulgator: SOJALECITHINE, Vanilleextrakt.

Kakaogehalt: mind. 35%

Kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 2343 kJ/ 560 kcal

Fett: 37 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 22 g

Kohlenhydrate: 50 g

davon

- Zucker: 7,8 g³

- mehrwertige Alkohole (Maltit): 42 g

Ballaststoffe: 8 g

Eiweiß: 6,8 g

Salz: 0,20 g

³84% weniger Zucker als herkömmlich gesüßte Schokolade

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Bitte kühl lagern.

**Schokoblättchen
ZB/Minze 100g**

0183

Zartbitterschokoladenblättchen mit Pfefferminzöl und Süßungsmittel Maltit

Zutaten:

Kakaomasse, Süßungsmittel: Maltit, Kakaobutter, Emulgator: SOJALECITHINE, Vanilleextrakt, Pfefferminzöl.

Kann Spuren von Milch enthalten.

Kakaogehalt: mind. 55%

Kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 2266 kJ/ 542 kcal

Fett: 36 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 22 g

Kohlenhydrate: 46 g

davon

- Zucker: 0,1 g³

- mehrwertige Alkohole (Maltit): 43 g

Ballaststoffe: 8 g

Eiweiß: 5,1 g

Salz: 0,01 g

³99% weniger Zucker als herkömmlich gesüßte Schokolade

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken, dunkel und nicht über 18°C lagern.

Müsli, Frühstücksbrei

Amaranth-Müsli*200g

Bio Vollkorn-Früchtemüsli mit Amaranth

0573

Zutaten:

*Vollkornflocken 53% (*HAFER, *WEIZEN, *DINKEL°), *Sultaninen, *Honig 7,5%, *Feigen getrocknet 6,5%, *Datteln getrocknet, *Amaranth gepoppt 5%, *SESAM ungeschält 3%, *Aprikosen getrocknet 3%, *Himbeeren gefriergetrocknet 2,5%, *CASHEWKERNE 2%, *rote Johannisbeeren gefriergetrocknet, *Kokosfett, *Ceylon-Zimt, *Reismehl, *Sonnenblumenöl.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

Kann Spuren von Ei, Soja, Milch und anderen Schalenfrüchten enthalten.

°Dinkel = Ur-WEIZENART

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1532 kJ/ 363 kcal

Fett: 6,3 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 1,4 g

Kohlenhydrate: 62 g

davon

- Zucker: 25 g

Ballaststoffe: 9,3 g

Eiweiß: 10 g

Salz: 0,03 g

Eisen: 4,0 mg (28%**)

**der Referenzmenge für die tägliche Zufuhr eines Erwachsenen

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken lagern, nicht über 20°C.

Apfel-Mandel Dinkelbrei* 500 g

Zubereitung für Bio Apfel-Mandel-Dinkelbrei

0542

Zutaten:

*Vollkorn-DINKELFLOCKEN° 60%, *Sultaninen (*Sultaninen, *Sonnenblumenöl), *DINKEL° gepufft 6% (*DINKEL°, *Honig), *MANDELN geröstet 4%, *Äpfel getrocknet 3%, *Apfelsaftkonzentrat 3%, *Ceylon-Zimt, *Galgant, *Bertram.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

Kann Spuren von Soja, Milcherzeugnissen, anderen Schalenfrüchten und Sesam enthalten.

°Dinkel = eine Ur-WEIZENART

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1486 kJ/ 352 kcal

Fett: 4,0 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0,4 g

Kohlenhydrate: 64 g

davon

- Zucker: 23 g

Ballaststoffe: 7,9 g

Eiweiß: 11 g

Salz: 0,04 g

Zubereitung: ½ Tasse Brei (40 g) mit 100 ml heißer Milch mischen, 3 Minuten quellen lassen und warm genießen. Auch kalt ein besonderer Genuss: Dann bitte für die gleiche Menge Brei 75 ml kalte Milch verwenden und 5 Minuten quellen lassen.

Trocken lagern, nicht über 20°C.

Bircher-Müsli*200g

Bio Vollkornmüsli

0560

Zutaten:

*Vollkorn-HAFERFLOCKEN 38%, *Vollkorn-DINKELFLOCKEN°, *Sultaninen,
*Äpfel getrocknet 5%, *HASELNÜSSE geröstet 4%, *MANDELN blanchiert 2%,
*Sonnenblumenöl.

Kann Spuren von Soja, Milch, anderen Schalenfrüchten und Sesam enthalten.

°Dinkel = Ur-WEIZENART

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1572 kJ/ 373 kcal

Fett: 7,0 g

davon

-gesättigte Fettsäuren: 0,9 g

Kohlenhydrate: 61 g

davon

- Zucker: 15 g²

Ballaststoffe: 9,0 g

Eiweiß: 12 g

Salz: 0,02 g

Eisen: 3,7 mg (26%**)

Zink: 2,7 mg (27%**)

²30% weniger Zucker als andere Egle-Müslis

**der Referenzmenge für die tägliche Zufuhr eines Erwachsenen

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken lagern, nicht über 20°C.

Dinkel-Früchte-Müsli*200g

Bio-Vollkorn-Dinkelmüsli mit Trockenfrüchten (25%)

0559

Zutaten:

*Vollkorn-DINKELFLOCKEN° 67%, *Trockenfrüchte 25% (*Sultaninen,
*Himbeeren gefriergetrocknet, *Aprikosen getrocknet, *rote Johannisbeeren
gefriergetrocknet, *Äpfel getrocknet), *Honig 5%, *Sonnenblumenkerne,
*Kokosfett, *Ceylon-Zimt, *Reismehl, *Sonnenblumenöl.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

Kann Spuren von Ei, Soja, Milch, Schalenfrüchten und Sesam enthalten.

°Dinkel=Ur-WEIZENART

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1448 kJ/ 343 kcal

Fett: 3,0 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0,6 g

Kohlenhydrate: 64 g

davon

- Zucker: 18 g

Ballaststoffe: 7,8 g

Eiweiß: 11 g

Salz: 0,02 g

Magnesium: 128 mg (34%**)

**Referenzmenge für die tägliche Zufuhr eines Erwachsenen

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken lagern, nicht über 20°C.

Erdbeergarten-Müsli*400g

Gebackenes Bio Vollkornmüsli mit gefriergetrockneten Erdbeeren

0567

Zutaten:

*Vollkorn-HAFERFLOCKEN 64%, *Sonnenblumenöl, *Rübenzucker, *Reissirup, *Reisextrudat (*Reismehl, *GERSTENMALZMEHL, Meersalz), *Erdbeeren gefriergetrocknet 3%, Meersalz.

Kann Spuren von Milch, Schalenfrüchten und Sesam enthalten.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-007 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1922 kJ/ 458 kcal

Fett: 17 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 1,7 g

Kohlenhydrate: 64 g

davon

- Zucker: 17 g

Ballaststoffe: 6,9 g

Eiweiß: 8,8 g

Salz: 0,20 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken, dunkel und nicht über 20°C lagern.

Fit in den Tag-Müsli* 400g

Bio Vollkornmüsli

0570

Zutaten:

*Vollkorn- HAFERFLOCKEN 80%, *Cranberries (*Cranberries, *Apfeldicksaft, *Sonnenblumenöl) 8%, *Kokoschips, *CASHEWKERNE, *Himbeeren gefriergetrocknet 3%.

Kann Spuren von Milch, anderen Schalenfrüchten und Sesam enthalten.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-007 (EU- /Nicht-EU-Landwirtschaft)

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1544 kJ/ 368 kcal

Fett: 11 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 4,2 g

Kohlenhydrate: 53 g

davon

- Zucker: 7,5 g²

Ballaststoffe: 9,7 g

Eiweiß: 9,3 g

Salz: 0,02 g

²63% weniger Zucker als andere Müslis

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken, dunkel und nicht über 20°C lagern.

Haferkleie* 500 g

Bio Haferkleie mit Keim

0541

Zutaten: *HAFERKLEIE mit Keim

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-Landwirtschaft)
Kann Spuren von Soja, Milch, Schalenfrüchten und Sesam enthalten.
Unter Schutzatmosphäre verpackt.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1515 kJ/ 361 kcal

Fett: 8,3 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 1,5 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 3,0 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 3,8 g

Kohlenhydrate: 47 g

davon

- Zucker: 1,7 g

Ballaststoffe: 15 g³

Eiweiß: 17 g

Salz: 0,05 g

³davon Beta-Glucan ca. 6,0 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Wir empfehlen: Täglich 3-mal 2 Esslöffel (ca. 17 g) Egle Haferkleie (entspricht je ca. 1 g Beta-Glucan) mit reichlich Flüssigkeit.

Eine cholesterinsenkende Wirkung stellt sich bei einer täglichen Aufnahme von 3g Beta-Glucan pro Tag (50 g Haferkleie) ein.

Trocken lagern, nicht über 20°C.

Himbeer-Mandel-Müsli*200g

Bio Vollkorn-Müsli mit Mandelkrokant und Himbeeren

0558

Zutaten:

*Vollkornflocken 61% (*DINKEL°, *WEIZEN, *HAFER), *Sultaninen 12,5%, *MANDELKROKANT 12% (*MANDELN 84%, *Rohrohrzucker, *Glukosesirup, *BUTTER, *Honig 2,6%, *VOLLMILCHPULVER), *Rohrohrzucker, *Himbeeren gefriergetrocknet 3%, *Äpfel getrocknet, *Rapsöl, *Kokosraspel 1,5%, *Palmfett, *Reisextrudat (*Vollkornreismehl), *Honig 0,3%, *Sonnenblumenöl, Meersalz.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

Kann Spuren von Soja, anderen Schalenfrüchten und Sesam enthalten.

°Dinkel = Ur-WEIZENART

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1641 kJ/ 391 kcal

Fett: 11 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 2,7 g

Kohlenhydrate: 57 g

davon

- Zucker: 18 g

Ballaststoffe: 9,8 g

Eiweiß: 11 g

Salz: 0,04 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken lagern, nicht über 20°C.

Nuss-Müsli*200g

Bio-Vollkorn-Müsli mit Nüssen (13,5%)

0571

Zutaten:

*Vollkornflocken 65% (*HAFER, *GERSTE, *WEIZEN), *Rohrohrzucker, *Leinsamen, *MANDELN geröstet 5%, *WALNÜSSE 4%, *SESAM, *CASHEWKERNE 3%, *Sonnenblumenkerne, *HASELNÜSSE 1,5%, *Honig, *Sonnenblumenöl, *Kokosraspel, *Goldleinsamen, Meersalz.
*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)
Kann Spuren von Ei, Soja und Milch enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1677 kJ/ 400 kcal

Fett: 14 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 2,4 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 5,6 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 6,3 g³

Kohlenhydrate: 50 g

davon

- Zucker: 8,8 g**

Ballaststoffe: 11 g

Eiweiß: 13 g

Salz: 0,05 g

³davon Omega-3-Fettsäuren 1,4 g

**57% weniger Zucker als andere Egle-Müslis

Trocken lagern, nicht über 20°C.

Schoko-Kokos-Knuspermüsli*200g

Gebackenes Bio-Müsli mit 11% Kokos und 9,8% Zartbitterschokolade

0572

Zutaten:

*Vollkorn-HAFERFLOCKEN 53%, *Dattelsaftkonzentrat 12%, *Zartbitterschokolade (*Kakaomasse, *Rohrohrzucker, *Kakaobutter), *Kokoschips, *Kakaobohnen geröstet 4,9%, *Sonnenblumenöl 4%, *Kokosraspel, *Amaranth gepoppt, *Kakaopulver stark entölt.
*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)
Kann Spuren von Ei, Soja, Milch, Schalenfrüchten und Sesam enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1981 kJ/ 474 kcal

Fett: 22 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 11 g

Kohlenhydrate: 52 g

davon

- Zucker: 15 g**

Ballaststoffe: 12 g

Eiweiß: 11 g

Salz: 0,06 g

**30% weniger Zucker als andere Egle-Müslis

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken lagern, nicht über 20°C.

Viel-Frucht-Müsli*200g

Bio Vollkorn-Müsli mit Trockenfrüchten (30%)

0561

Zutaten:

*Vollkornflocken 61% (*WEIZEN, *HAFER, *GERSTE), *Sultaninen, *Cornflakes (*Mais, Trennmittel: Sonnenblumenlecithine), *Aprikosen getrocknet 3,2%, *Sonnenblumenkerne, *Datteln getrocknet, *Himbeeren gefriergetrocknet, *Pflaumen getrocknet, *Äpfel getrocknet 0,5%, *Erdbeeren gefriergetrocknet, *rote Johannisbeeren gefriergetrocknet, *Cranberries gefriergetrocknet, *Reismehl, *Sonnenblumenöl.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

Kann Spuren von Soja, Milch, Schalenfrüchten und Sesam enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1450 kJ/ 343 kcal

Fett: 3,3 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0,5 g

Kohlenhydrate: 65 g

davon

- Zucker: 18 g²

Ballaststoffe: 8,3 g

Eiweiß: 9,2 g

Salz: 0,03 g

Magnesium: 105 mg (28%**)

Eisen: 3,0 mg (21%**)

²enthält von Natur aus Zucker aus den Trockenfrüchten

**Referenzmenge für die tägliche Zufuhr eines Erwachsenen

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken lagern, nicht über 20°C.

5 Korn Basis-Müsli*400g

Bio Getreideflockenmischung mit 50% Urgetreide

0538

Zutaten:

*Vollkorn-EMMERFLOCKEN 25%, *Vollkorn-EINKORNFLOCKEN 25%, *Vollkorn-DINKELFLOCKEN, *Vollkorn-HAFERFLOCKEN, *Vollkorn-ROGGENFLOCKEN.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-Landwirtschaft)

Kann Spuren von Soja, Milch, Schalenfrüchten und Sesam enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1476 kJ/ 349 kcal

Fett: 3,4 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0,5 g

Kohlenhydrate: 62 g

davon

- Zucker: 1,4 g³

Ballaststoffe: 9,4 g

Eiweiß: 13 g

Salz: 0,01 g

Eisen: 4,7 mg (33%**)

Zink: 2,9 mg (29%**)

**der Referenzmenge für die tägliche Zufuhr eines Erwachsenen

³enthält von Natur aus Zucker

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken lagern, vor Wärme schützen.

Frühstückskekse

Frühstücks-Keks 2x240 g

Gebäck mit verschiedenen Getreidesorten (240 g, 24 Kekse à 10 g)

0552

Zutaten:

Vollkorn-DINKELMEHL° 32%, Palmfett, Honig 14%,
Vollkorn-ROGGENFLOCKEN 12%, Vollkorn-DINKELFLOCKEN° 11%,
Vollkorn-HAFERFLOCKEN 10%, MAGERMILCHPULVER, Meersalz,
Bourbon-Vanille, Ceylon-Zimt.

Kann Spuren von Ei, Erdnüssen, Soja, Schalenfrüchten und Sesam enthalten.

°Dinkel = Ur-WEIZENART

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 2055 kJ/ 491 kcal

Fett: 23 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 9,8 g

Kohlenhydrate: 58 g

davon

- Zucker: 13 g²

Ballaststoffe: 6,9 g

Eiweiß: 9,5 g

Salz: 0,4 g

²herkömmliche Frühstückskekse enthalten durchschnittlich 19 g Zucker pro 100 g
Trocken lagern, nicht über 20°C.

Trockenfrüchte, Nüsse

Himbeeren in Schokolade*2x90g

0186

Bio Himbeeren gefriergetrocknet in weißer Schokolade mit Himbeerpulver

Zutaten: *Weiße Schokolade 90% (*Rohrzucker, *Kakaobutter, *VOLLMILCHPULVER, Emulgator: *Lecithin (*SOJA)), *Himbeeren 8%, Überzugsmittel: *Gummi arabicum, *Zucker, *Dextrose, *Rote-Bete-Saftkonzentrat, Säuerungsmittel: Zitronensäure, *Himbeerpulver 0,4%.

Kann Spuren von Schalenfrüchten enthalten.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, AT-BIO-402 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 2235 kJ/ 536 kcal

Fett: 33 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 20 g

Kohlenhydrate: 52 g

davon

- Zucker: 51 g

Ballaststoffe: 2,6 g

Eiweiß: 6,4 g

Salz: 0,14 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken, dunkel und nicht über 18°C lagern.

Nach dem Öffnen alsbald verbrauchen.

Ingwer in Schokolade 2x250 g

0382

Kandierter Ingwer in Zartbitterschokolade

Zutaten:

Zartbitterschokolade 50% (Kakaomasse, Rohrohrzucker, Kakaobutter), Ingwer kandiert 48% (Ingwer, Rohrzucker), Kakaopulver leicht entölt.

Kann Spuren von Gluten, Eiern, Soja, Milch, Schalenfrüchten, Sesam und Lupinen enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1901 kJ/ 455 kcal

Fett: 22 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 14 g

Kohlenhydrate: 56 g

davon

- Zucker: 49 g

Ballaststoffe: 8,4 g

Eiweiß: 4,0 g

Salz: 0,04 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Kühl und trocken lagern.

Ingwerstäbchen* 2x250g

Kandierte Bio Ingwerstäbchen

0380

Zutaten: *Ingwer, *Rohrohrzucker, Wasser.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (Nicht-EU-Landwirtschaft)

Kann Spuren von Gluten, Soja, Milch, Schalenfrüchten und Sesam enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1236 kJ/ 291 kcal

Fett: 0 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0 g

Kohlenhydrate: 72 g

davon

- Zucker: 70 g

Ballaststoffe: 1,5 g

Eiweiß: 0 g

Salz: 0,04 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Kühl und trocken lagern.

**Kürbiskerne
inSchokolade*2x90g**

Bio Kürbiskerne geröstet und gesalzen in Zartbitterschokolade

0190

Zutaten: *Zartbitterschokolade 65% (*Kakaomasse, *Rohrzucker, *Kakaobutter,

*Kakaopulver stark entölt, Emulgator: *Lecithine (*SOJA)), *Kürbiskerne 31%,

*Dextrose, Überzugsmittel: *Gummi arabicum, *Zucker, Meersalz.

Kakao: 62% mindestens in der Zartbitterschokolade

Kann Spuren von Schalenfrüchten und Milch enthalten.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, AT-BIO-402 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 2285 kJ/ 550 kcal

Fett: 39 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 18 g

Kohlenhydrate: 31 g

davon

- Zucker: 28 g

Ballaststoffe: 7,5 g

Eiweiß: 15 g

Salz: 0,12 g

Magnesium: 124 mg (35%**)

**der Referenzmenge für die tägliche Zufuhr eines Erwachsenen

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken, dunkel und nicht über 18°C lagern.

Nach dem Öffnen alsbald verbrauchen.

**Mandeln
in Zitronenschoko*2x90g**

0184

Bio Mandeln geröstet in weißer Schokolade mit Zitronenschalenöl und Rosenblüten

Zutaten: *Weiße Schokolade 75% (*Rohrzucker, *Kakaobutter, *VOLLMILCHPULVER, Emulgator: *Lecithine (*SOJA)), *MANDELN 24%, Überzugsmittel: *Gummi arabicum, *Zucker, *Dextrose, *Rosenblüten 0,2%, *Zitronenschalenöl 0,1%.

Kann Spuren von anderen Schalenfrüchten enthalten.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, AT-BIO-402 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)
Trotz sorgfältiger Verarbeitung kann das Produkt Schalentteile enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 2413 kJ/ 580 kcal

Fett: 41 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 18 g

Kohlenhydrate: 42 g

davon

- Zucker: 41 g

Ballaststoffe: 3,2 g

Eiweiß: 9,2 g

Salz: 0,17 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken, dunkel und nicht über 18°C lagern.

Nach dem Öffnen alsbald verbrauchen.

**Nüsse in
Schokolade*2x200 g**

0196

Nussleckerbissen in Schokolade, 6 Sorten (Bio Schalenfrüchte 45% in Rohrohrzucker-Schokolade 53%)

Zutaten:

*SCHALENFRÜCHTE (*MANDELN geröstet, *PARANÜSSE, *CASHEWKERNE, *MACADAMIANÜSSE geröstet), *Rohrohrzucker, *Kakaobutter, *Kakaomasse, *VOLLMILCHPULVER, Überzugsmittel: *Gummi arabicum, *Gewürze (*Ceylonzimt, *Nelken, *Kardamom, *Macis, *Bourbon-Vanille).

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

Kann Spuren von Gluten, Ei, Soja, anderen Schalenfrüchten und Sesam enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 2503 kJ/ 604 kcal

Fett: 48 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 18 g

Kohlenhydrate: 29 g

davon

- Zucker: 27 g

Ballaststoffe: 8,0 g

Eiweiß: 10 g

Salz: 0,09 g

Thiamin: 0,22 mg (20%**)

Magnesium: 126 mg (33%**)

**der Referenzmenge für die tägliche Zufuhr eines Erwachsenen

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken und kühl, nicht über 18°C lagern.

Bio Trockenfruchtmischung (63%) in Rohrohrzuckerschokolade (37%)

Zutaten:

*Trockenfruchtmischung (*Aprikosen, *Pflaumen, *Datteln, *Apfelringe, *Cranberries gesüßt (*Cranberries, *Rohrohrzucker, *Sonnenblumenöl)), *Rohrohrzucker, *Kakaomasse, *Kakaobutter, *VOLLMILCHPULVER, *Reismehl, Überzugsmittel: *Gummi arabicum.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)
Kann Spuren von Gluten, Ei, Soja, Schalenfrüchten und Sesam enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1702 kJ/ 406 kcal

Fett: 17 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 10 g

Kohlenhydrate: 56 g

davon

- Zucker: 50 g

Ballaststoffe: 7,5 g

Eiweiß: 3,6 g

Salz: 0,04 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken und kühl, nicht über 18°C lagern.

Riegel und Schnitten

Erdnuss-Mandel-Riegel*9x25g

0072

Bio Erdnuss-Mandel-Riegel

Zutaten:

*ERDNÜSSE 38%, *Honig 20%, *MANDELN 16%, *Rosinen (*getrocknete Weinbeeren, *Sonnenblumenöl), *Kürbiskerne, *Zimt.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, GR-BIO-01 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)
Kann Spuren von anderen Schalenfrüchten und Sesam enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 2277 kJ/ 547 kcal

Fett: 34 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 4,7 g

Kohlenhydrate: 40 g

davon

- Zucker: 27 g

Ballaststoffe: 6,3 g

Eiweiß: 17 g

Salz: 0,02 g

Magnesium: 89 mg (24%**)

**der Referenzmenge für die tägliche Zufuhr eines Erwachsenen

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken lagern, nicht über 20°C.

Kokos-Riegel*15x20g

0172

Bio Kokosriegel in Zartbitterschokolade

Zutaten:

*Kokosraspeln 33%, *Reissirup, *Zartbitterschokolade 24% (*Rohrohrzucker, *Kakaomasse, *Kakaobutter, *Bourbon-Vanilleschoten gemahlen),

*WEIZENSIRUP glutenfrei, *Reismehl.

Kakao: 55% mindestens in der Zartbitterschokolade

Kann Spuren von Soja, Milch und Schalenfrüchten enthalten.

Kann Schalentteile enthalten.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 2065 kJ/ 496 kcal

Fett: 31 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 23 g

Kohlenhydrate: 46 g

davon

- Zucker: 35 g

Ballaststoffe: 8,9 g

Eiweiß: 3,8 g

Salz: 0,08 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken, dunkel und kühl lagern, nicht über 18°C.

MHD: Mindestens 3 Monate

Müsli-Schnitte 6x50g

Vollkorn Müsli-Riegel (70% Müslibestandteile)

0051

Zutaten:

HASELNÜSSE, Vollkorn-HAFERFLOCKEN, Rohrohrzucker, Honig, Aprikosen getrocknet 6%, Rosinen, Korinthen, MANDELN, Invertzuckersirup, Apfelstücke getrocknet 2%, Säuerungsmittel: Citronensäure, Feuchthaltemittel: Invertase.

Die zugesetzten Trockenfrüchte sind ungeschwefelt.

Kann Spuren von Soja und anderen Schalenfrüchten enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1847 kJ/ 442 kcal

Fett: 22 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 2,0 g

Kohlenhydrate: 51 g

davon

- Zucker: 32 g

Ballaststoffe: 4,4 g

Eiweiß: 7,7 g

Salz: 0,05 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Dunkel und kühl lagern, nicht über 18°C.

**Nuss-Cranberry-Riegel*9x
25g**

Bio Riegel mit Erdnüssen, Mandeln und Cranberries

0062

Zutaten:

*ERDNÜSSE 20%, *Kürbiskerne, *Inulin, *Sonnenblumenkerne, *Leinsamen, *MANDELN 9%, *Cranberries 7% (*Cranberries getrocknet 60%, *Apfelsaft, *Sonnenblumenöl), *Agavendicksaft, *Reissirup.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, GR-BIO-01 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

Kann Spuren von Soja, anderen Schalenfrüchten und Sesam enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 2193 kJ/ 528 kcal

Fett: 34 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 4,3 g

Kohlenhydrate: 29 g

davon

- Zucker: 15 g²

Ballaststoffe: 17 g

Eiweiß: 18 g

Salz: 0,02 g

Magnesium: 161 mg (42%**)

²54% weniger Zucker als herkömmliche Nuss-Riegel, herkömmliche Nuss-Riegel enthalten durchschnittlich 33 g Zucker.

**der Referenzmenge für die tägliche Zufuhr eines Erwachsenen

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Kühl und trocken lagern.

**Schoko-Müsli-Schnitte6x5
0g**

Vollkorn Müsli-Riegel (56% Müslibestandteile) in Zartbitterschokolade (20%)
(Gesamtinhalt 300 g)

0052

Zutaten:

HASELNÜSSE, Zartbitterschokolade (Rohrohrzucker, Kakaomasse, Kakaobutter, Bourbon-Vanille), Vollkorn-HAFERFLOCKEN, Rohrohrzucker, Aprikosen getrocknet 4,8%, Honig, Rosinen, Korinthen, Invertzuckersirup, MANDELN, Apfelstücke getrocknet 1,4%, Säuerungsmittel Citronensäure, Feuchthaltemittel: Invertase.

Kann Spuren von Soja, Milch und anderen Schalenfrüchten enthalten.

Die zugesetzten Trockenfrüchte sind ungeschwefelt.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1968 kJ/ 471 kcal

Fett: 26 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 6,8 g

Kohlenhydrate: 50 g

davon

- Zucker: 34 g

Ballaststoffe: 4,6 g

Eiweiß: 7,0 g

Salz: 0,03 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Dunkel und kühl lagern, nicht über 18°C.

Sesam-Riegel*9x25g

Bio Sesamriegel mit Inulin

0046

Zutaten:

*SESAMSAMEN 60%, *Inulin 20%, *Agavendicksaft.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, GR-BIO-01 (Nicht-EU-Landwirtschaft)

Kann Spuren von Erdnüssen und Schalenfrüchten enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 2192 kJ/ 529 kcal

Fett: 37 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 5,4 g

Kohlenhydrate: 27 g

davon

- Zucker: 19 g²

Ballaststoffe: 20 g

Eiweiß: 12 g

Salz: 0,07 g

Calcium: 436 mg (54%**)

Magnesium: 215 mg (57%**)

Eisen: 6 mg (42%**)

²42% weniger Zucker als herkömmliche Sesamriegel, herkömmliche Sesamriegel enthalten durchschnittlich 33 g Zucker.

**der Referenzmenge für die tägliche Zufuhr eines Erwachsenen

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken lagern, nicht über 20°C.

Fruchtgummi-Spezialitäten

Frucht-Bärchen* 2 x 250 g

Bio-Fruchtgummi

0192

Zutaten:

*Glukosesirup, *Rohrohrzucker 31,8%, *Schweinegelatine, *Fruchtsaftkonzentrate 3,23% (*Apfel, *Zitrone, *Orange, *Himbeere, *Ananas, *schwarze Johannisbeere), Säuerungsmittel: Citronensäure, natürliche Aromen, färbende Frucht- und Pflanzenauszüge (*Karotte, *Kürbis, *Apfel, Alge, Saflor, *Holunder), Überzugsmittel: *Carnaubawachs.
*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-013 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1402 kJ/ 330 kcal

Fett: 0,1 g

davon

- ungesättigte Fettsäuren: 0,1 g

Kohlenhydrate: 76 g

davon

- Zucker: 56 g

Ballaststoffe: 0,2 g

Eiweiß: 5,3 g

Salz: <0,20 g

Frucht-Softies*2x250g

Bio Schaumzuckerware

0162

Zutaten:

*Glukosesirup, *Rohrohrzucker, *Fruchtsaftkonzentrate und *Fruchtpüree 12,8% (*Traube 6,7%, *Banane 3,1%, *Pflirsich 1%, *Maracuja 0,5%, *Mango 0,5%, *Kiwi 0,5%, *Erdbeere 0,5%), *Schweinegelatine, Säuerungsmittel (Zitronensäure, Milchsäure), natürliche Aromen, Pektin, färbende Frucht- und Pflanzenauszüge (*Karotte, *Kürbis, *Apfel, Alge, Saflor, *Holunder), Überzugsmittel: *Carnaubawachs.
*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-013

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1411 kJ/ 332 kcal

Fett: 0,1 g

davon:

- gesättigte Fettsäuren: 0,1 g

Kohlenhydrate: 77 g

davon:

- Zucker: 33 g²

Ballaststoffe: 0,3 g

Eiweiß: 4,8 g

Salz: <0,20 g

²33% weniger Zucker als herkömmliche Fruchtgummispezialitäten

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken lagern, vor Wärme schützen (max. 24°C).

Saure Stäbchen*2x250g

Bio Fruchtgummi (mit 3,57% Bio-Fruchtsaftkonzentrat, was 21,52% Fruchtsaftgehalt entspricht)

0202**Zutaten:**

*Glukosesirup, *Rohrohrzucker, *Schweinegelatine, *Fruchtsaftkonzentrate 3,57% (*Apfel 3,07%, *Orange 0,1%, *Sauerkirsche 0,1%, *Zitrone 0,1%, *Ananas 0,1%, *Grapefruit 0,1%), Säuerungsmittel (Apfelsäure, Citronensäure, Milchsäure), Säureregulator: Calciumcitrat, färbende Frucht- und Pflanzenauszüge (Alge, Saflor, *Karotte, *Kürbis, *Apfel, *Holunder), natürliche Aromen.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-013 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

100g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1443 kJ/ 339 kcal

Fett: 0,1 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0,1 g

Kohlenhydrate: 77 g

davon

- Zucker: 61 g

Ballaststoffe: 0,2 g

Eiweiß: 4,5 g

Salz: < 0,20 g

Trocken lagern, vor Wärme schützen(bis max. 24°C).

Heißgetränke

Bohnen-Kaffee löslich*100g

0178

Bio Bohnenkaffee, gefriergetrocknet (100 g ergeben ca. 50 Tassen)

Zutaten:

*Bohnenkaffee, gefriergetrocknet (Robusta).

*aus ökologischer Landwirtschaft, AT-BIO-301 (Nicht-EU-Landwirtschaft)

Zubereitung:

Für eine große Tasse Kaffee (200 ml) geben Sie 1-2 TL (2 g) Kaffee in die Tasse und verrühren ihn mit heißem, nicht mehr kochendem Wasser (ca. 85°C).

Trocken lagern, bei max. 20°C.

Cappuccino*2x200g

0090

Bio Getränkepulver mit löslichem Bohnenkaffee Typ Cappuccino (200 g, ergibt ca. 16 Tassen)

Zutaten:

*MAGERMILCHPULVER 40%, *Rohrohrzucker, löslicher *Bohnenkaffee 16%,

*Kokosfett, Meersalz.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-005 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1678 kJ/ 398 kcal

Fett: 8,9 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 8,0 g

Kohlenhydrate: 61 g

davon

- Zucker: 51 g

Ballaststoffe: 1,9 g

Eiweiß: 16 g

Salz: 0,93 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Zubereitung: 3-4 gehäufte Teelöffel in eine Tasse (150 ml) geben und mit heißem, nicht mehr kochendem Wasser übergießen. Umrühren und genießen. Bitte trocken lagern, nicht über 20°C. Geöffnet innerhalb von 4 Wochen verbrauchen.

Getreide-Kaffee* 2x100 g

0099

Bio Kaffee-Surrogat-Extrakt (Inhalt 100 g, ergibt ca. 50 Tassen)

Zutaten:

*Getreide 87% (*ROGGEN, *GERSTENMALZ, *GERSTE), *Zichorie, *Feigen.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, PL-EKO-07 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1534 kJ/ 362 kcal

Fett: 0,2 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0,2 g

Kohlenhydrate: 81 g

davon

- Zucker: 16 g

Ballaststoffe: 10 g

Eiweiß: 3,7 g

Salz: 0,2 g

Gut verschlossen und trocken lagern.

Kaffee-Intenso* Bohne 250g

0097

Bio Röstkaffee aus Arabica- und Robusta-Bohnen

Zutaten: *Arabica-Bohnen 70%, *Robusta-Bohnen 30%

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (Nicht-EU-Landwirtschaft)

aromatisch intensiver Geschmack (Espresso)

Für Espressomaschinen und Kaffeevollautomaten geeignet.

Kaffee-Intenso*gemahlen 250g	Bio Röstkaffee aus Arabica- und Robusta-Bohnen
0096	Zutaten: *Arabica-Bohnen 70%, *Robusta-Bohnen 30% *Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (Nicht-EU-Landwirtschaft)
	aromatisch intensiver Geschmack (Espresso) Für Filtermaschine, Espressokanne und Siebträgermaschine geeignet.
Kaffee-Primero* Bohne 250g	Bio Röstkaffee aus Arabica Bohnen
0095	Zutaten: *Arabica-Bohnen *Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (Nicht-EU-Landwirtschaft)
	mild-harmonischer Geschmack Für Kaffeefullautomaten geeignet.
Kaffee-Primero gemahlen*250g	Bio Röstkaffee aus Arabica Bohnen
0094	Zutaten: *Arabica-Bohnen *Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (Nicht-EU-Landwirtschaft)
	mild-harmonischer Geschmack Für Filtermaschine, Handfilter oder French Press geeignet.
Trinkschokolade*2x250g	Bio Trinkschokoladenpulver (250 g, ergibt ca. 16 Tassen)
0092	Zutaten: *Rohrohrzucker, *Kakao schwach entölt 42%. Kann Spuren von Soja, Milch und Schalenfrüchten enthalten. *Aus ökologischer Landwirtschaft, AT-BIO-301 (Nicht-EU-Landwirtschaft)
	100 g enthalten durchschnittlich: Energie: 1649 kJ/ 392 kcal Fett: 8,8 g davon - gesättigte Fettsäuren: 5,5 g Kohlenhydrate: 64 g davon - Zucker: 58 g Ballaststoffe: 12 g Eiweiß: 7,6 g Salz: 0,02 g Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.
	Zubereitung: 2-3 gehäufte Teelöffel in 200 ml warmer Milch (max. 80°C) auflösen, umrühren und genießen. Trocken lagern, bei max. 20°C.

Brot

Brot-Körbchen*2x500g

4 Brotsorten, einzeln verpackt; 10 Portionspackungen à 2 Scheiben

0520

Bio Vollkorn-Roggenbrot

Zutaten: *Vollkorn-ROGGENSCHROT 44%, *Natursauerteig 29% (*Vollkorn-ROGGENSCHROT, Wasser), Wasser, Meersalz, *Hefe.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 777 kJ/ 184 kcal

Fett: 1,2 g

davon gesättigte Fettsäuren: 0,1 g

Kohlenhydrate: 34 g

davon Zucker: 2,5 g

Ballaststoffe: 9,0 g

Eiweiß: 4,2 g

Salz: 0,93 g

Bio Pumpernickel (Vollkorn-Roggenbrot)

Zutaten: *Vollkorn-ROGGENSCHROT 49%, Wasser, *Natursauerteig 18% (*Vollkorn-ROGGENSCHROT, Wasser), Meersalz, *Hefe.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 793 kJ/ 188 kcal

Fett: 1,3 g

davon gesättigte Fettsäuren: 0,1 g

Kohlenhydrate: 34 g

davon Zucker: 3,4 g

Ballaststoffe: 9,8 g

Eiweiß: 4,6 g

Salz: 0,98 g

Bio Vollkorn-Sonnenblumenbrot

Zutaten: *Vollkorn-ROGGENSCHROT 39%, *Natursauerteig 26% (*Vollkorn-ROGGENSCHROT, Wasser), Wasser, *Sonnenblumenkerne 5%, *Zuckerrübensirup, Meersalz, *Hefe.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 886 kJ/ 211 kcal

Fett: 3,3 g

davon gesättigte Fettsäuren: 0,4 g

Kohlenhydrate: 35 g

davon Zucker: 3,6 g

Ballaststoffe: 9,0 g

Eiweiß: 5,1 g

Salz: 0,90 g

Bio Vollkorn-Dinkelbrot

Zutaten: *Vollkorn-DINKEL° 48% (*Vollkorn-DINKELSCHROT, *Vollkorn-DINKELquellmehl), *Natursauerteig 27% (Wasser, *Vollkorn-ROGGENSCHROT, *Vollkorn-DINKELSCHROT), Wasser, Meersalz, *Hefe.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 883 kJ/ 209 kcal

Fett: 1,7 g

davon gesättigte Fettsäuren: 0,2 g

Kohlenhydrate: 38 g

davon Zucker: 2,8 g

Ballaststoffe: 7,1 g

Eiweiß: 6,2 g

Salz: 0,85 g

°Dinkel=Ur-WIEZENART

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)
Die Brote können Spuren von Weizen und Süßlupine enthalten.

Gewürzbrot*2x500g

Bio Roggenvollkornbrot mit Gewürzen

0505

Zutaten:

*Vollkorn-ROGGENSCHROT 37%, *Natursauerteig 31%
(*Vollkorn-ROGGENSCHROT, Wasser), Wasser, *Gewürzmischung 2%
(*Kümmel, *Fenchel, *Koriander), *Leinsamen, *Hefe, Meersalz.
*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)
Kann Spuren von Weizen und Süßlupine enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 813 kJ/ 193 kcal

Fett: 2,3 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0,2 g

Kohlehydrate: 33 g

davon

- Zucker: 3,0 g

Ballaststoffe: 9,7 g

Eiweiß: 4,6 g

Salz: 0,85 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

MHD: Mindestens 3 Monate

Hafer-Brot* 2x500 g

Bio Vollkorn-Haferbrot mit Beta-Glucan

0504

Zutaten:

*Getreideerzeugnisse (*Vollkorn-HAFERFLOCKEN 22%,
*Vollkorn-ROGGENSCHROT 18%), Wasser, *Natursauerteig 23%
(*Vollkorn-ROGGENSCHROT, Wasser), *WEIZENKEIME 5%, *Agavendicksaft,
*Hefe, Salz.
*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)
Kann Spuren von Süßlupine enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 811 kJ/ 193 kcal

Fett: 2,6 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0,3 g

Kohlenhydrate: 32 g

davon

- Zucker: 3,3 g

Ballaststoffe: 8,2 g³

Eiweiß: 6,2 g

Salz: 1,10 g

Magnesium: 79,4 mg (21%**)

³davon Beta-Glucan: 1,5 g

**der Referenzmenge für Erwachsene

MHD: Mindestens 3 Monate

Edel-Frucht

Apfel-Holunderblüte*250g

Bio Fruchtaufstrich Apfel-Holunderblüte

0311

Zutaten:

*Apfelsaft, *Agavendicksaft, *Holunderblütenextrakt, *Zitronensaftkonzentrat, Geliermittel: Pektin.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)
Hergestellt aus 47 g Apfelsaft, 28 g Holunderblütenextrakt und 36 g Agavendicksaft je 100 g.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 593 kJ/ 140 kcal

Fett: < 0,5 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: < 0,1 g

Kohlenhydrate: 33 g

davon

- Zucker: 32 g³

Ballaststoffe: 1,2 g

Eiweiß: 0,6 g

Salz: 0,05 g

³100 g herkömmliche Holunderblütengelees enthalten durchschnittlich 234 kcal und 58 g Zucker.

Aprikose* 250 g

Bio Fruchtaufstrich aus Aprikosen

0305

Zutaten:

*Aprikosen, *Agavendicksaft, *Zitronensaftkonzentrat, Geliermittel Pektin.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)
Hergestellt aus 75 g Aprikosen und 34 g Agavendicksaft je 100 g.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 611 kJ/ 144 kcal

Fett: 0 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0 g

Kohlenhydrate: 32 g

davon

- Zucker: 32 g³

Ballaststoffe: 2,0 g

Eiweiß: 1,1 g

Salz: 0,05 g

³100 g herkömmliche Aprikosenkonfitüren enthalten durchschnittlich 227 kcal und 54 g Zucker.

Erdbeere* 250 g

Bio Fruchtaufstrich aus Erdbeeren

0303

Zutaten:

*Erdbeeren, *Agavendicksaft, *Zitronensaftkonzentrat, Geliermittel: Pektin.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)
Hergestellt aus 75 g Erdbeeren und 36 g Agavendicksaft je 100 g.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 609 kJ/ 144 kcal

Fett: 0,7 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0,2 g

Kohlenhydrate: 32 g

davon

- Zucker: 32 g³

Ballaststoffe: 1,9 g

Eiweiß: 1,0 g

Salz: 0,03 g

³100 g herkömmliche Erdbeerkonfitüren enthalten durchschnittlich 225 kcal und 54 g Zucker.

Hagebutte* 250g

Bio Fruchtaufstrich aus Hagebutten

0294

Zutaten:

*Hagebuttenpüree, *Agavendicksaft, *Zitronensaftkonzentrat, Geliermittel: Pektin.
*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)
Hergestellt aus 75 g Hagebuttenpüree und 30 g Agavendicksaft je 100 g.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 644 kJ/ 152 kcal

Fett: 0,6 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0 g

Kohlenhydrate: 32 g

davon

- Zucker: 32 g³

Ballaststoffe: 3,3 g

Eiweiß: 2,2 g

Salz: 0,07 g

³100 g herkömmliche Hagebuttenkonfitüren enthalten durchschnittlich 240 kcal und 50 g Zucker.

Himbeere* 250 g

Bio Fruchtaufstrich aus Himbeeren (ohne Kerne)

0317

Zutaten:

*Himbeeren, *Agavendicksaft, Geliermittel: Pektin.
*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)
Hergestellt aus 75 g Himbeeren und 35 g Agavendicksaft je 100 g.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 608 kJ/ 144 kcal

Fett: < 0,5 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: < 0,1 g

Kohlenhydrate: 30 g

davon

- Zucker: 30 g³

Ballaststoffe: 4,3 g

Eiweiß: 1,3 g

Salz: 0,04 g

³100 g herkömmliche Himbeerkonfitüren enthalten durchschnittlich 209 kcal und 49 g Zucker.

Ingwer-Orange*250g

Bio Fruchtaufstrich mit 35% Orange und 15% Ingwer

0309

Zutaten:

*Orangensaft, *Ingwersirup (*Rohrzucker, Wasser, *Ingwer), Wasser,
*Ingwerwürfel (*Ingwer, *Rohrzucker, Wasser), *Orangensaftpulpe süß, *Ingwer,
*Agavendicksaft, *Zitronensaftkonzentrat, Geliermittel Pektin.
*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 607 kJ/ 143 kcal

Fett: < 0,5 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: < 0,1 g

Kohlenhydrate: 34 g

davon

- Zucker: 34 g³

Ballaststoffe: 1,4 g

Eiweiß: < 0,5 g

Salz: 0,03 g

³100 g herkömmliche Ingwerkonfitüren enthalten durchschnittlich 238 kcal und 59 g Zucker.

Sauerkirsche* 250 g

Bio-Fruchtaufstrich aus Sauerkirschen

0313

Zutaten:

*Sauerkirschen, *Agavendicksaft, *Zitronensaftkonzentrat, Geliermittel Pektin.
*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)
Hergestellt aus 75 g Sauerkirschen und 28 g Agavendicksaft je 100 g.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 567 kJ/ 134 kcal

Fett: 0,7 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0,2 g

Kohlenhydrate: 29 g

davon

- Zucker: 29 g³

Ballaststoffe: 1,4 g

Eiweiß: 1,0 g

Salz: 0,04 g

³100 g herkömmliche Sauerkirschkonfitüren enthalten durchschnittlich 225 kcal und 53 g Zucker.

Fruchtzubereitungen

Apfel-Dessert*3x240gSet

Bio Fruchtzubereitung mit Äpfeln und Agavendicksaft

0298

Zutaten:

*Äpfel 75%, *Agavendicksaft 21%, *Zitronensaftkonzentrat, Geliermittel: Pektin, *Ceylonzimt, *Vanille.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 418 kJ/ 99 kcal

Fett: 0 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0 g

Kohlenhydrate: 22 g

davon

- Zucker: 22 g

Ballaststoffe: 1,5 g

Eiweiß: 0 g

Salz: 0,03 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Nach dem Öffnen im Kühlschrank aufbewahren und zeitnah verzehren.

Quittenmark* 230g

Bio Quittenmark

0300

Zutaten: *Quitten 100%.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

Enthält von Natur aus Zucker.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 163 kJ/ 39 kcal

Fett: < 0,5 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: < 0,1 g

Kohlenhydrate: 6,0 g

davon

- Zucker: 6,0 g

Ballaststoffe: 5,9 g

Eiweiß: < 0,5 g

Salz: 0,03 g

Nach dem Öffnen kühl aufbewahren, mit einem sauberen Löffel entnehmen und innerhalb von 3 Tagen verbrauchen.

Sanddorn-Orange* 2x200 ml

Bio Fruchtzubereitung aus fein vermahlenden Sanddornbeeren, Acerolamark und Orangensaftkonzentrat.

0660

Zutaten:

*Honig, *Sanddornbeeren 29%, *Acerolamark 15%, *Orangensaftkonzentrat 10%.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-007 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

100 ml enthalten durchschnittlich:

Energie: 962 kJ/ 227 kcal

Fett: 1,0 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0,04 g

Kohlenhydrate: 52 g

davon

- Zucker: 52 g

Ballaststoffe: 0,5 g

Eiweiß: 1,0 g

Salz: 0,01 g

Vitamin C: 170 mg (213%**)

**der Referenzmenge für die tägliche Zufuhr eines Erwachsenen

Vor Gebrauch schütteln. Nach dem Öffnen im Kühlschrank aufbewahren und innerhalb von 10 Tagen aufbrauchen.

Wild-Preiselbeeren* 3x240 g	Bio Frucht-dessert aus Wildpreiselbeeren
0682	<p>Zutaten: *Wildpreiselbeeren 50%, *Agavendicksaft 29%, Wasser, *Zitronensaftkonzentrat, Geliermittel: Pektin. *Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)</p> <p>100 g enthalten durchschnittlich: Energie: 485 kJ/ 115 kcal Fett: <0,5 g davon - gesättigte Fettsäuren: <0,1 g Kohlenhydrate: 25 g davon - Zucker: 25 g³ Ballaststoffe: 3,0 g Eiweiß: <0,5 g Salz: 0,06 g ³100 g herkömmliche Preiselbeerkonserven enthalten durchschnittlich 180 kcal und 41 g Zucker. Nach dem Öffnen im Kühlschrank aufbewahren und zeitnah verzehren.</p>

Alternatives Süßen

Agaven-Dicksaft* 2x200 ml	Agaven-Dicksaft
0260	<p>Zutaten: *Agaven-Dicksaft *Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-007 (Mexiko)</p> <p>100 ml enthalten durchschnittlich: Energie: 1787 kJ/ 420 kcal Fett: 0 g davon - gesättigte Fettsäuren: 0 g Kohlenhydrate: 105 g davon - Zucker: 101 g Eiweiß: 0 g Salz: 0 g</p>

Honig

Blütenhonig* 500 g	Bio Blütenhonig, flüssig
0069	<p>Zutaten: *Blütenhonig *Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft) Herkunft: Mexiko</p>
Deut. Sommerblüten-Honig* 500g 0065	<p>Deutscher Bio Imkerhonig Sommerblüte *Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 Herkunft: Deutschland</p>
Rapshonig*250g	*Rapshonig
0070	<p>*Aus ökologischer Erzeugung, DE-ÖKO-006 (Deutschland Landwirtschaft) Herkunft: Südharz Nicht geeignet für Säuglinge unter 12 Monaten.</p>
Waldhonig* 500 g	*Waldhonig
0068	<p>*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 Herkunft: Chile</p>

Nuss-Nougat-Creme

Nuss-Nougat-Creme *250g Bio Nuss-Nougat-Creme

0288

Zutaten:

*HASELNÜSSE 33%, *Rohrohrzucker, *Palmfett, *Sonnenblumenöl,

*SÜSSLUPINENMEHL, *Kakaopulver stark entölt 4,5%, *Bourbon-Vanille.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-006 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

Kann Spuren von Erdnüssen, Milch, anderen Schalenfrüchten und Sesam enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 2574 kJ/ 620 kcal

Fett: 48 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 11 g

Kohlenhydrate: 35 g

davon

- Zucker: 34 g²

Ballaststoffe: 6,4 g

Eiweiß: 8,9 g

Salz: < 0,01 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

²Herkömmliche Nuss-Nougat-Cremes enthalten durchschnittlich 52 g Zucker pro 100 g.

Trocken und vor Wärme geschützt lagern.

Pur aus der Natur

**Artischocken-Ampullen*30
x15 ml**

Artischocken-Trinkampullen (30 Trinkampullen à 15 ml, Gesamtinhalt 450 ml),
Bio Nahrungsergänzungsmittel mit Flüssigextrakt aus Artischockenblättern

0266

Zutaten: *Flüssigextrakt aus 1100 mg Artischockenblättern pro 15 ml
*Aus ökologischer Landwirtschaft, FR-BIO-01 (Frankreich Landwirtschaft)

Verwendung: täglich den Inhalt einer Ampulle vor der Hauptmahlzeit pur oder mit
Orangensaft gemischt trinken
Dunkel und kühl lagern, nicht über 20°C. Nicht in Reichweite von Kindern lagern.

Cranberry Saft*3x200 ml

Bio Cranberry-Direktsaft

0664

Zutaten: *Cranberrysaft
*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-007 (Kanada)

100 ml enthalten durchschnittlich:

Energie: 113 kJ/ 27 kcal

Kohlenhydrate: 4,2 g

davon

- Zucker: 4,0 g²

Ballaststoffe: 0,1 g

²Enthält von Natur aus Fruchtzucker

Enthält vernachlässigbare Mengen Fett, gesättigte Fettsäuren, Eiweiß und Salz.

Nach dem Öffnen im Kühlschrank aufbewahren und innerhalb von 3-4 Tagen
verbrauchen.

**Gelée Royale
i.Honigw.30x10ml**

Nahrungsergänzungsmittel mit Gelée Royale (30 Trinkampullen à 10 ml,
Gesamtinhalt 300 ml)

0267

Zutaten:

Honigwein 76%, Blütenpollenextrakt 15%, WEIZENKEIMEXTRAKT 5%, Gelée
Royale 3%, konzentrierter Holunderbeerensaft, konzentrierter
Sanddornbeerensaft, Hefeextrakt.

1 Trinkampulle à 10 ml enthält:

Honigwein

Blütenpollenextrakt: 1500 mg

Weizenkeimextrakt: 500 mg

Gelée Royale 300 mg

konzentr. Holunderbeerensaft: 50 mg

konzentr. Sanddornbeerensaft: 20 mg

Hefeextrakt: 20 mg

Alkoholgehalt: 17,5 % vol.

Verwendung: täglich eine halbe Stunde vor dem Essen den Inhalt einer Ampulle
schluckweise trinken.

Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrsmenge bitte nicht überschreiten.

Nicht anwenden während Schwangerschaft und Stillzeit.

Kühl und nicht über 20°C lagern.

**Gelée Royale o.Alkohol
30x15ml**

Gelée Royale ohne Alkohol (Nahrungsergänzungsmittel mit Gelée Royale, 30
Trinkampullen à 15 ml, Gesamtinhalt 450 ml)

0271

Zutaten: Flüssigkeitsextrakt (erhalten durch: Blütenpollen, WEIZENKEIME,
Sanddornbeeren), Honig, Gelée Royale.

1 Trinkampulle à 15 ml enthält:

Flüssigkeitsextrakt von Pflanzen (erhalten durch: Blütenpollen: 1500 mg,

Weizenkeime: 600 mg , Sanddornbeeren: 150 mg), Honig: 2360 mg , Gelée

Royale: 750 mg.

Verwendung: täglich, entweder morgens, mittags oder abends, den Inhalt einer
Ampulle schluckweise trinken.

Kühl und nicht über 20°C lagern.

Granatapfel-Direktsaft*3x200ml	<p>Bio Granatapfel-Direktsaft</p> <p>Zutaten: *Granatapfelsaft. *Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-007 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)</p> <p>100 ml enthalten durchschnittlich: Energie: 297 kJ/ 71 kcal Kohlenhydrate: 15 g davon - Zucker: 13 g² Ballaststoffe: 0,2 g Salz: 0,02 g ²Enthält von Natur aus Zucker Enthält geringfügige Mengen Fett, gesättigte Fettsäuren und Eiweiß. Nach dem Öffnen im Kühlschrank aufbewahren und innerhalb von 3-4 Tagen verbrauchen.</p>
0662	
Gute-Nacht-Trunk 30x10ml	<p>Nahrungsergänzungsmittel mit Melissen- und Hopfenextrakt (30 Trinkampullen à 10 ml, Gesamtinhalt 300 ml)</p> <p>Zutaten: Honigwein, Lavendelblütenhonig, Melissenextrakt 3%, Hopfenextrakt 0,5%. 1 Ampulle enthält: 300 mg Melissenextrakt, 50 mg Hopfenextrakt Alkoholgehalt: 15% vol.</p> <p>Verwendung: täglich den Inhalt 1 Ampulle vor dem Schlafengehen schluckweise trinken. Nicht anwenden während Schwangerschaft und Stillzeit. Kühl und nicht über 20°C lagern. Nicht in Reichweite von Kindern lagern.</p>
0275	
Holunder-Direktsaft*3x200ml	<p>Bio Holunder-Direktsaft</p> <p>Zutaten: *Holunderbeerensaft *Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-007 (EU-Landwirtschaft)</p> <p>100 ml enthalten durchschnittlich: Energie: 126 kJ/ 30 kcal Kohlenhydrate: 6 g davon - Zucker: 5,5 g² Ballaststoffe: 0,2 g ²Enthält von Natur aus Zucker Enthält vernachlässigbare Mengen Fett, gesättigte Fettsäuren, Eiweiß und Salz. Nach dem Öffnen im Kühlschrank aufbewahren und innerhalb von 3-4 Tagen aufbrauchen.</p>
0668	
Honigsirup* 250 g	<p>Bio Honigsirup mit Fenchel- und Thymianöl</p> <p>Zutaten: *Blütenhonig 50%, *Agavendicksaft, *Fenchelöl, *Thymianöl. *Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)</p> <p>100 g enthalten durchschnittlich: Energie: 1309 kJ/ 308 kcal Kohlenhydrate: 77 g davon - Zucker: 73 g Ballaststoffe: 1,4 g Enthält geringfügige Mengen Fett, gesättigte Fettsäuren, Eiweiß und Salz. Verwendung: bei Bedarf einen Teelöffel pur oder in Tee. Nicht geeignet für Säuglinge unter 12 Monaten. Nicht über 25°C lagern.</p>
0074	

Ingwer-Kick*2x280ml

Bio Fruchtsaft mit Ingwer- und Kurkumasaft (1 Flasche enthält 6 Tagespartionen)

0530

Zutaten:

*Orangensaft 74%, *Acerolamark, *Ingwersaft 10%, *Kurkumasaft 5%,
*Zironensaft, *Pfeffer.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-007 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

100 ml enthalten durchschnittlich:

Energie: 165 kJ/ 39 kcal

Fett: < 0,5 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: < 0,1 g

Kohlenhydrate: 7,8 g

davon

- Zucker: 6,0 g

Ballaststoffe: 0,5 g

Eiweiß: 0,8 g

Salz: < 0,01 g

Vitamin C: 86 mg (108%**)

**der Referenzmenge für die tägliche Zufuhr eines Erwachsenen

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Vor Genuss leicht schütteln. Geöffnete Flasche im Kühlschrank aufbewahren und innerhalb von 6 Tagen verbrauchen.

**Lutschtabletten P+S *
2x60St.**

Bio Lutschtabletten mit Propolis und Salbeiextrakt

0526

Zutaten:

*Rohrohrzucker, *Maltodextrin, Propolisextrakt, *Salbeiextrakt, *Salbeiöl,
*Kokosfett, Säuerungsmittel: Zitronensäure.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1689 kJ/ 398 kcal

Fett: 2 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: < 1 g

Kohlenhydrate: 95 g

davon

- Zucker: 92 g

Ballaststoffe: 1,7 g

Eiweiß: < 1 g

Salz: < 0,1 g

Nicht über 25°C lagern.

Propolis im Honig* 250g

Bio Blütenhonig mit Propolisextrakt

0528

Zutaten: *Blütenhonig, Propolisextrakt.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1428 kJ/ 336 kcal

Kohlenhydrate: 84 g

davon

- Zucker: 82 g²

Ballaststoffe: 2,0 g

²Enthält von Natur aus Zucker.

Enthält vernachlässigbare Mengen Fett, gesättigte Fettsäuren, Eiweiß und Salz.

0544

Zutaten:

*Acerolafruchtpulver 35% (*Acerolasaftkonzentrat, *Maltodextrin),
*Rohrohrzucker, *Rübenzucker, *Sanddornfruchtpulver 4% (*Sanddornmark,
*Maltodextrin), *Hagebuttenfruchtpulver, *Holundersaftkonzentrat, *Kokosfett.
*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

Wir empfehlen: 2 Tabletten täglich (75% des tagesbedarfs an Vitamin C). Die angegebene empfohlene Verzehrsmenge nicht überschreiten.

Kein Ersatz für eine abwechslungsreiche, ausgewogene Ernährung. Diese ist wichtig. Achten Sie auf eine gesunde Lebensweise.

Nicht in Reichweite von Kindern lagern.

Nicht über 25°C lagern.

Für Ihr Wohlbefinden

**F.-Balance Gemüsesuppe
2x275g**

0494

Figur-Balance Gemüsesuppe (Mahlzeit für eine gewichtskontrollierende Ernährung; Gesamthalt: 275 g = 5 Beutel à 55 g, 1 Beutel ergibt 300 ml Suppe = 1 Portion)

Zutaten:

Maltodextrin, Gemüse 16,3% (Kartoffeln, Karotten, Erbsen, Zwiebeln, SELLERIE, Lauch, Pastinaken, Spinat), SOJAEIWEISS, MILCHEIWEISS, Stärke, SOJAÖL, Hefeextrakt, Meersalz, Mineralstoffe (Magnesiumphosphat, Kaliumchlorid, Calciumphosphate, Eisenpyrophosphat, Zinksulfat, Kupfer-II-gluconat, Mangansulfat, Kaliumjodat, Natriumselenit), Rohrohrzucker, Inulin, Palmfett, Aromen (enthalten SELLERIE), Vitamine (Vitamin A, Vitamin D, Vitamin E, Vitamin K, Vitamin C, Thiamin, Riboflavin, Niacin, Vitamin B6, Folsäure, Vitamin B12, Biotin, Pantothensäure), SELLERIEBLÄTTER, Emulgator: Lecithine (enthalten SOJA), Macis.

1 Mahlzeit (300 ml) enthält durchschnittlich:

Energie: 850 kJ/ 201 kcal

Fett: 4,0 g, davon

- gesättigte Fettsäuren: 1,2 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 1,1 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 1,5 g³

Kohlenhydrate: 26 g, davon

- Zucker: 4,1 g

Ballaststoffe: 3,2 g

Eiweiß: 14 g

Salz: 2,5 g

Vitamin A: 446 µg (56%**)

Vitamin D: 1,56 µg (31%**)

Vitamin E: 4,29 mg (36%**)

Vitamin K: 33,3 µg (44%**)

Vitamin C: 29,0 mg (36%**)

Thiamin: 0,41 mg (37%**)

Riboflavin: 0,53 mg (38%**)

Niacin: 5,99 mg (37%**)

Vitamin B6: 0,70 mg (50%**)

Folsäure: 75,5 µg (38%**)

Vitamin B12: 0,84 µg (34%**)

Biotin: 17,9 µg (36%**)

Pantothensäure: 3,37 mg (56%**)

Kalium: 504 mg (25%**)

Calcium: 257 mg (32%**)

Phosphor: 302 mg (43%**)

Magnesium: 116 mg (31%**)

Eisen: 7,13 mg (51%**)

Zink: 3,82 mg (38%**)

Kupfer: 0,53 mg (53%**)

Mangan: 0,87 mg (43%**)

Selen: 19,3 µg (35%**)

Jod: 53,4 µg (36%**)

³davon 1,2 g Linolsäure

**Prozentsatz der Referenzmenge für einen Erwachsenen pro Portion

Verwendung: Täglich eine oder idealerweise mehrere Mahlzeiten durch Egle Figur-Balance Gemüsesuppe ersetzen.

Zubereitung: Beutelinhalt in einen Topf geben und mit 300 ml kochendem Wasser übergießen. Gut umrühren, kurz ziehen lassen.

Trocken lagern.

F.-Balance Vanillecreme
6x40 g

Vanillecremepulver mit Glucomannan

0497

Zutaten:

Rohrohrzucker, modifizierte Stärke, SAHNEPULVER, Inulin, Palmfett, Maltodextrin, Glucomannan 2,8%, MILCHZUCKER, natürliches Vanillearoma, MILCHEIWEISS, Meersalz, Farbstoff: Carotin.

1 Portion (190 g = 150 ml Wasser + 40 g Pulver) enthält durchschnittlich:

Energie: 728 kJ/ 173 kcal

Fett: 5,7 g²

davon

- gesättigte Fettsäuren: 3,5 g

Kohlenhydrate: 27 g

davon

- Zucker: 15 g

Ballaststoffe: 4,2 g³

Eiweiß: 1,5 g

Salz: 0,26 g

²fettarm, da nur 3 g Fett/ 100 g zubereiteter Vanillecreme

³davon 1,1 g Glucomannan

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Verwendung: Wir empfehlen 3 Portionen am Tag mit viel Flüssigkeit zu verzehren, damit das enthaltene Glucomannan in den Magen gelangt, um dort seine Quellfähigkeit zu entfalten.

Zubereitung: Beutelinhalt in eine Schüssel geben, mit 150 ml kaltem Wasser aufgießen und 1 Minute sehr schnell verrühren. Sofort verzehren.

Trocken lagern.

Mahlzeitersatz für eine gewichtskontrollierende Ernährung; Getränkepulver mit 18% Fruchtpulvergehalt (ergibt 8 Portionen)

Zutaten:

MILCHEIWEISS, Zucker, SAHNEPULVER, modifizierte Stärke, Apfelflocken, Sonnenblumenöl, Himbeerpulver, Erdbeerpulver, Heidelbeerpulver, Mineralstoffe (Magnesiumphosphat, Kaliumphosphate, Calciumphosphate, Eisenpyrophosphat, Zinksulfat, Kupfer-II-gluconat, Mangansulfat, Kaliumjodat, Natriumselenit), Maltodextrin, Verdickungsmittel (Johannisbrotkernmehl, Xanthan), schwarze Johannisbeerpulver, Säureregulator Natriumcitrate, Säuerungsmittel Citronensäure, Glukosesirup, Vitamine (Vitamin A, Vitamin D, Vitamin E, Vitamin K, Vitamin C, Thiamin, Riboflavin, Niacin, Vitamin B6, Folsäure, Vitamin B12, Biotin, Pantothensäure), Aromen, Stärke, Emulgator (Citronensäureester von Mono- und Diglyceriden von Speisefettsäuren, Lecithine).

1 Portion (50 g) mit 300 ml Wasser zubereitet enthält durchschnittlich:

Energie: 853 kJ/ 203 kcal

Fett: 6,3 g, davon

- gesättigte Fettsäuren: 2,7 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 1,9 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 1,5 g³

Kohlenhydrate: 22 g, davon

- Zucker: 17 g

Ballaststoffe: 2,8 g

Eiweiß: 13 g

Salz: 0,48 g

Vitamin A: 274 µg (34%**)

Vitamin D: 1,59 µg (32%**)

Vitamin E: 4,06 mg (34%**)

Vitamin K: 22,6 mg (30%**)

Vitamin C: 29,7 mg (37%**)

Thiamin: 0,34 mg (31%**)

Riboflavin: 0,53 mg (38%**)

Niacin: 5,73 mg (36%**)

Vitamin B6: 0,51 mg (36%**)

Folsäure: 66,5 µg (33%**)

Vitamin B12: 0,81 µg (32%**)

Biotin: 15,9 µg (32%**)

Pantothensäure: 1,91 mg (32%**)

Kalium: 515 mg (26%**)

Calcium: 252 mg (31%**)

Phosphor: 225 mg (32%**)

Magnesium: 114 mg (30%**)

Eisen: 5,35 mg (38%**)

Zink: 3,28 mg (33%**)

Kupfer: 0,39 mg (39%**)

Mangan: 0,76 mg (38%**)

Selen: 17,6 µg (32%**)

Jod: 47,6 µg (32%**)

³davon 1008 mg Linolsäure

**Prozentsatz der Referenzmenge für einen durchschnittlichen Erwachsenen pro Portion

Verwendung: Täglich eine oder idealerweise mehrere Mahlzeiten durch Egle Figur-Balance Frucht-Drink ersetzen.

Zubereitung: Geben Sie 50g Pulver (3 gestrichene Messlöffel) und 300 ml kaltes Wasser in einen Shaker und schütteln Sie kräftig. Sofort verzehren. Kühl und trocken lagern. Nach dem Öffnen zügig aufbrauchen.

**Fischöl-Kapseln Glas 180
Stck.****0268**

Omega-3-Fischöl-Kapseln (Nahrungsergänzungsmittel mit Omega-3-Fettsäuren)

Zutaten: FISCHÖL, Gelatine, Feuchthaltemittel Glycerin.

1 Kapsel enthält durchschnittlich:

Energie: 21,2 kJ/ 5,1 kcal

Fett: 0,5 g³

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0 g

³Fischöl, nur von Kaltwasserfischen, davon:

80 mg EPA (Eicosapentaensäure) pro Kapsel und 50 mg DHA

(Docosahexaensäure) pro Kapsel

Enthält vernachlässigbare Mengen Kohlenhydrate, Zucker, Eiweiß und Salz.

Verwendung: 2 - 5 Kapseln pro Tag, möglichst zu den Mahlzeiten mit etwas Flüssigkeit einnehmen.

Trocken, dunkel und nicht über 20°C lagern. Nicht in Reichweite von Kindern lagern.

Ingwer-Bonbons*2x75g**0532**

Bio Bonbons, gefüllt (1 Beutel à 75 g enthält ca. 15 Bonbons)

Zutaten:

*Glukosesirup, *Rohrohrzucker, Säuerungsmittel: Zitronensäure, *Ingwerextrakt 0,85%, *Limettensaftkonzentrat 0,26%, *Orangensaftkonzentrat 0,26%,

natürliches Orangenaroma, natürliches Limettenaroma, natürliches

Ingwer/Capsicum-Aroma, natürliches Kurkumaaroma, färbendes Lebensmittel:

*Aroniasaftkonzentrat.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1598 kJ/ 376 kcal

Fett: < 0,1 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: < 0,1 g

Kohlenhydrate: 94 g

davon

- Zucker: 69 g

Eiweiß: < 0,1 g

Salz: < 0,01 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken lagern, vor Wärme schützen.

Kräuter-Bonbons*2x75g**0534**

Bio Kräuterbonbons (1 Beutel à 75 g enthält ca. 15 Bonbons)

Zutaten:

*Rohrohrzucker, *Glukosesirup, *Kräuterextrakt 1%, *Karamellzuckersirup, natürliches Minzaroma, natürliches Mentholaroma.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1683 kJ/ 396 kcal

Fett: < 0,1 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: < 0,1 g

Kohlenhydrate: 99 g

davon

- Zucker: 74 g

Eiweiß: < 0,1 g

Salz: < 0,01 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken lagern, vor Wärme schützen.

Magnesium-Fit-Täfelchen
40x15g

Nahrungsergänzungsmittel mit dem Mineralstoff Magnesium (40 Täfelchen à 15 g, Gesamtinhalt 600 g)

0281

Zutaten:

Rosinen, Apfelpulver, Fruktose 12%, MANDELN, Honig 9%, Maracujasaftkonzentrat 8%, Aprikosen getrocknet, Maracujapulver 6% (Maltodextrin, Maracujasaft getrocknet 30%), Melonen kandiert (Melonen, Zucker, Glukose-Fruktose-Sirup, Säuerungsmittel: Zitronensäure), Dolomitpulver 5%, WEIZENFLOCKEN, Oblaten (WEIZENMEHL, Stärke), Palmfett. Kann Spuren von Soja, Milch und anderen Schalenfrüchten enthalten.

1 Täfelchen (15 g) enthält durchschnittlich:

Energie: 226 kJ/ 54 kcal

Fett: 1,3 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0,2 g

Kohlenhydrate: 9,8 g

davon

- Zucker: 7,4 g

Ballaststoffe: 0,5 g

Eiweiß: 0,6 g

Salz: 0,02 g

Calcium: 164 mg (20%^{**})

Magnesium: 97 mg (26%^{**})

^{**}der Referenzmenge für einen durchschnittlichen Erwachsenen

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Verwendung: 1-3 Täfelchen täglich.

Kühl und trocken lagern. Nicht in Reichweite von Kindern lagern.

Rotwein

Camino Tinto* 0,75 l

*Aus ökologischer Landwirtschaft, ES-ECO-002
Abgefüllt von: Irjimpa S.L. R.E. CLM 390/CU Las Mesas, Espana

0600

Land: Spanien
Anbaugebiet: Zentralspanien
Rebsorte: Tempranillo
Jahrgang: 2020
Trinktemperatur: 15-18°C
Trinkreife/ Lagerzeit: jetzt + 1-2 Jahre
Weinart: Rotwein
Geschmack: trocken
Weinstil: ausgewogen
passt zu: Aufläufen mit Fleisch, Oliven, Kräutern, Tomaten und zu gut Geschmortem
Alkoholgehalt: ca. 13 % vol.
Gesamtsäure: 4,2 g/l
Restzucker: 1,6 g/l
Enthält Sulfite.
schweflige Säure frei: 35 mg/l
schweflige Säure gesamt: 68 mg/l
Der Wein ist vegan.

Fiori Naturali Rosso*0,75l

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001

0607

Land: Italien
Anbaugebiet: Italien
Rebsorte: Cuvée
Jahrgang: 2020
Trinktemperatur: 16-18°C
Lagerzeit: jetzt + 1-2 Jahre
Weinart: Rotwein
Geschmack: trocken
Weinstil: ausgewogen
passt zu: Pasta, Pizza,...
Alkoholgehalt: 13 % vol.
Gesamtsäure: 5,4 g/l
Restzucker: 6,5 g/l
Enthält Sulfite.
schweflige Säure frei: 27 mg/l
schweflige Säure gesamt: 105 mg/l

Merlot*0,75l

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001
Abgefüllt für: Peter Riegel Weinimport GmbH, D-78359 Orsingen in D-78315 Radolfzell

0644

Land: Italien
Anbaugebiet: Tierre di Chieti
Rebsorte: Merlot
Jahrgang: 2019
Trinktemperatur: 16-18°C
Trinkreife/ Lagerzeit: jetzt + 1 Jahr
Weinart: Rotwein
Qualität: Landwein
Geschmack: trocken
Weinstil: ausgewogen
passt zu: Pasta, Risotto, jungem Käse
Alkoholgehalt: ca. 13 % vol.
Gesamtsäure: 5,3 g/l
Restzucker: 5,2 g/l
Enthält Sulfite.
schweflige Säure frei: 39 mg/l
schweflige Säure gesamt: 95 mg/l
Der Wein ist vegan.

Montepulciano* 0,75 l

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001
Abgefüllt für: D-BW B 3037 in D-78315 Radolfzell

0635

Land: Italien
Anbaugebiet: Abruzzen
Rebsorte: Montepulciano
Jahrgang: 2019
Trinktemperatur: 15-18°C
Trinkreife/ Lagerzeit: jetzt + 1-2 Jahre
Weinart: Rotwein
Geschmack: trocken
Weinstil: ausgewogen
passt zu: Pasta und Pizza
Alkoholgehalt: ca. 13 % vol
Gesamtsäure: 5,4 g/l
Restzucker: 6,1 g/l
Enthält Sulfite.
schweflige Säure frei: 26 mg/l
schweflige Säure gesamt: 89 mg/l
Der Wein ist vegan.

Privo Rosso*0,75l

*Aus ökologischer Landwirtschaft, IT-BIO-006
Kellerei: Cantina LaSelva, Magliano in Toscana

0608

Land: Italien
Anbaugebiet: Maremma Toscana
Rebsorte: Sangiovese, Alicante
Jahrgang: 2019
Trinktemperatur: 16-18°C
Trinkreife/ Lagerzeit: jetzt + 1-2 Jahre
Weinart: Rotwein
Geschmack: trocken
passt zu: Pasta, traditionellen italienischen Speisen und Fleischgerichten
Alkoholgehalt: ca. 14 % vol.
Gesamtsäure: 4,88 g/l
Restzucker: 0,44 g/l
Ohne Zugabe von Sulfiten
Der Wein ist vegan.

Zweigelt* 0,75 l

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001
Abgefüllt für: D-BW B 3037 in D-78315 Möglingen

0615

Land: Österreich
Anbaugebiet: Österreich
Rebsorte: Zweigelt
Jahrgang: 2020
Qualität: Qualitätswein
Trinktemperatur: 16-18°C
Trinkreife/ Lagerzeit: jetzt + 1-2 Jahre
Weinart: Rotwein
Geschmack: trocken
Weinstil: ausgewogen
passt zu: Brotzeit, leichte Gemüseeintöpfe
Alkohol: ca. 13 % vol.
Gesamtsäure: 4,7 g/l
Restzucker: 2 g/l
Enthält Sulfite.
schweflige Säure frei: 27 mg/l
schweflige Säure gesamt: 81 mg/l

Rosé

Rosato Cerasulo* 0,75 l

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001
Abgefüllt für: D-BW B 3037 in D-78315 Radolfzell

0636

Land: Italien
Anbaugebiet: Abruzzen
Rebsorte: Montepulciano
Jahrgang: 2020
Trinktemperatur: 10-12°C
Trinkreife/ Lagerzeit: jetzt + 1-2 Jahre
Weinart: Rosé
Geschmack: trocken
Weinstil: ausgewogen
passt zu: gegrilltem Fisch und Gemüse
Alkoholgehalt: ca. 12,5 % vol
Gesamtsäure: 5,8 g/l
Restzucker: 6 g/l
Enthält Sulfite.
schweflige Säure frei: 35 mg/l
schweflige Säure gesamt: 123 mg/l
Der Wein ist vegan.

Weißwein

Fiori Naturali Bianco*0,75l

0657

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001
Abgefüllt für: Peter Riegel Weinimport GmbH, D-78359 Orsingen in D-78315 Radolfzell

Land: Italien
Anbaugebiet: Italien
Rebsorte: Cuvée
Jahrgang: 2020
Trinktemperatur: 8-10°C
Trinkreife/ Lagerzeit: jetzt + 1-2 Jahre
Weinart: Weißwein
Geschmack: trocken
Weinstil: ausgewogen
passt zu: leichten Vorspeisen, Salaten
Alkoholgehalt: ca. 12% vol.
Gesamtsäure: 4,7 g/l
Restzucker: 5,8 g/l
Enthält Sulfite.
Schweflige Säure frei: 44 mg/l
Schweflige Säure gesamt: 169 mg/l

Grauburgunder Pfalz*0,75l

0637

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-039
Abgefüllt von: Weingut Mohr-Gutting in D-67435 Neustadt Duttweiler

Land: Deutschland
Anbaugebiet: Pfalz
Rebsorte: Grauburgunder
Jahrgang: 2020
Qualität: Qualitätswein
Trinktemperatur: 10-12°C
Lagerzeit: jetzt +1-2 Jahre
Weinart: Weißwein
Geschmack: trocken
Weinstil: ausgewogen
passt zu: Essen mit Freunden, Gemüsekuchen,...
Alkoholgehalt: 13% vol.
Gesamtsäure: 6 g/l
Restzucker: 5,9 g/l
Enthält Sulfite.
schweflige Säure frei: 40 mg/l
schweflige Säure gesamt: 91 mg/l
Der Wein ist vegan.

Grüner Veltliner* 0,75 l

0614

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-007
Abgefüllt für: Peter Riegel Weinimport GmbH, D-78359 Orsingen, in D-71696 Möglingen

Land: Österreich
Anbaugebiet: Österreich
Rebsorte: Grüner Veltliner
Jahrgang: 2019
Qualität: Qualitätswein
Trinktemperatur: 10-12°C
Trinkreife/ Lagerzeit: jetzt + 1-2 Jahre
Weinart: Weißwein
Geschmack: trocken
Weinstil: ausgewogen
Passt zu: Vesper, Avocadosalat, lauen Abenden
Alkoholgehalt: ca. 11,5 % vol.
Gesamtsäure: 5,8 g/l
Restzucker: 1,9 g/l
Enthält Sulfite.
schweflige Säure frei: 34 mg/l
schweflige Säure gesamt: 94 mg/l

Pinot Grigio* 0,75 l

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001
Abgefüllt für: D-BW B 3037 in D-78315 Radolfzell

0634

Land: Italien
Anbaugebiet: Terre di Chieti
Rebsorte: Pinot Grigio
Jahrgang: 2020
Trinktemperatur: 8-9°C
Trinkreife/ Lagerzeit: jetzt + 1-2 Jahre
Weinart: Weißwein
Geschmack: trocken
Weinstil: ausgewogen
passt zu: Pizza oder Pasta mit Meeresfrüchten
Alkoholgehalt: ca. 12 % vol
Gesamtsäure: 6,1 g/l
Restzucker: 6,6 g/l
Enthält Sulfite.
schweflige Säure frei: 41 mg/l
schweflige Säure gesamt: 120 mg/l
Der Wein ist vegan.

Vermentino Bianco*0,75l

*Aus ökologischer Landwirtschaft, IT-BIO-006
Kellerei: Cantina LaSelva, Magliano in Toscana

0604

Land: Italien
Anbaugebiet: Maremma Toscana
Rebsorte: Vermentino
Jahrgang: 2019
Trinktemperatur: 10-12°C
Trinkreife/ Lagerzeit: jetzt + 1-2 Jahre
Weinart: Weißwein
Geschmack: trocken
passt zu: Meeresfisch, Krustentieren und hellem Fleisch, auch als Aperitiv
Alkoholgehalt: ca. 13,5 % vol.
Gesamtsäure: 5,0 g/l
Restzucker: 1,43 g/l
Enthält Sulfite.
Der Wein ist vegan.

Schaumwein

Hugo 0,75l

aromatisierter weinhaltiger Cocktail
*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-007
Abgefüllt für: Peter Riegel Weinimport GmbH, D-78359 Orsingen

0623

Rebsorte: Airen
Trinktemperatur: 8-10°C
Trinkreife/ Lagerzeit: jetzt, nicht lagern
Weinart: Aperitif
Geschmack: trocken
Weinstil: mild
passt zu: fröhlichen Anlässen aller Art, Partys, Häppchen
Alkoholgehalt: ca. 6 % vol
Gesamtsäure: 3,9 g/l
Restzucker: 46,4 g/l
Enthält Sulfite.
schweflige Säure frei: 54 mg/l
schweflige Säure gesamt: 150 mg/l
Das Getränk ist vegan.

Inva, die Ehrliche*0,75l

aromatisierter weinhaltiger Cocktail
*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-007
Abgefüllt für: Peter Riegel Weinimport GmbH, D-78359 Orsingen

0624

Trinktemperatur: 8-10°C
Trinkreife/ Lagerzeit: jetzt, nicht lagern
Weinart: Aperitif
Geschmack: mild
Weinstil: mild
passt zu: Aperitif, Sommerfrische
Alkoholgehalt: ca. 6,5 % vol
Gesamtsäure: 3,0 g/l
Restzucker: 44,6 g/l
Enthält Sulfite.
schweflige Säure frei: 41 mg/l
schweflige Säure gesamt: 114 mg/l
Das Getränk ist vegan.

Piccolo Sekt Brut*3x 0,2l

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-007 (EU-Landwirtschaft)
Bio-Sekt Brut
Vertrieb: Peter Riegel Weinimport GmbH, D-78359 Orsingen
Versektet in D-67346 Speyer

0619

Land: Internationale Riegelmarke
Rebsorte: Airen
Trinktemperatur: 8°C
Trinkreife/ Lagerzeit: jetzt + 1-2 Jahre
Weinart: Sekt
Geschmack: brut
Weinstil: leicht
passt zu: Festen mit Musik und Tanz
Alkoholgehalt: ca. 11 % vol.
Gesamtsäure: 6,3 g/l
Restzucker: 13,8 g/l
Enthält Sulfite.
schweflige Säure frei: 36 mg/l
schweflige Säure gesamt: 151 mg/l
Der Sekt ist vegan.

Prisecco Rose*0,75l

Bio Erfrischungsgetränk, alkoholfrei (Geschmack: Apfel, Rose, Minze)

0599

Zutaten:

*Apfelsaft 90%, *Himbeersaft, *Brombeersaft, *Rosenwasser 0,2%, Auszüge von *Minze 0,1%, *Gewürze, Kohlensäure.

*Aus kontrolliert ökologischem Anbau, DE-ÖKO-006 (EU-Landwirtschaft)

100 ml enthalten durchschnittlich:

Energie: 189,9 kJ/ 44,9 kcal

Fett: < 0,1 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: < 0,01 g

Kohlenhydrate: 10,7 g

davon

- Zucker: 10,2 g

Eiweiß: < 0,1 g

Salz: < 0,001 g

Empfehlung: als alkoholfreie Alternative zu Sekt, gekühlt bei 8-10°C servieren, als Aperitiv/ zu Vorspeisen und asiatischen Gerichten

Prosecco Treviso* 0,75l

*Aus ökologischer Landwirtschaft, IT-BIO-005

Abgefüllt von La Cantina Pizzolato SRL, 31020 Villorba (TV), Italia

0652

Land: Italien

Anbaugebiet: Treviso

Rebsorte: Glera

Qualität: Qualitätswein

Trinktemperatur: 6-8°C

Trinkreife/ Lagerzeit: jetzt + 1 Jahr

Weinart: Perlwein

Geschmack: trocken

passt zu: Aperitif, Antipasti

Alkoholgehalt: ca. 10,5 % vol

Gesamtsäure: 5,2 g/l

Restzucker: 8 g/l

Enthält Sulfite.

Schweflige Säure frei: 47 mg/l

Schweflige Säure gesamt: 145 mg/l

Der Wein ist vegan.

Likör, Spirituosen**Kräuter-Likör 0,5 l**

Kräuterlikör

aus 24 verschiedenen Kräutern nach der Lehre von Hildegard von Bingen

Enthält SCHALENFRÜCHTE.

Alkoholgehalt: 25 % vol.

0625**Schlehenlikör 0,5l**

Schlehenlikör

mit Saft aus vollreifen Schlehen, mit natürlichen Aromen

herb-fruchtiger Genuss

Alkoholgehalt: 18 % vol.

0626

Knabbern

**Backerbsen
Knobl./Zw.*2x100g**

Bio Dinkelgebäck mit Knoblauch- und Zwiebelpulver, frittiert

0250

Zutaten:

*DINKELMEHL ° 53%, *Sonnenblumenöl, *Maismehl, Salz, *Knoblauchpulver 1,6%, *Zwiebelpulver, 1,6%, *Paprikapulver edelsüß, *Backpulver (*Maisstärke, Säuerungsmittel: *Kaliumtartrate aus *Traubensaft, Backtriebmittel: Natriumhydrogencarbonat).

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-006 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

Kann Spuren von Milch enthalten.

°Dinkel = eine Ur-WEIZENART

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 2091 kJ/ 501 kcal

Fett: 28 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 2,5 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 23 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 2,2 g

Kohlenhydrate: 50 g

davon

- Zucker: 1,2 g

Ballaststoffe: 6,1 g

Eiweiß: 9,2 g

Salz: 2,6 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankunegn.

Trocken und dunkel lagern, nicht über 20°C.

**Backerbsen m.
Kräuter*2x100g**

Bio Dinkelgebäck mit Kräutern (0,6%), frittiert

0252

Zutaten:

*DINKELMEHL ° 52%, *Sonnenblumenöl, *Maismehl, *Würzmischung 7% (*Zwiebelpulver, *Karottenpulver, *Spinatpulver, Salz, *Zitronensaftpulver,

*Petersilie, *Dillspitzen), Salz, *Backpulver, (*Maisstärke, Säuerungsmittel:

*Kaliumtartrate aus *Traubensaft, Backtriebmittel: Natriumhydrogencarbonat).

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-003 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

Kann Spuren von Milch enthalten.

°Dinkel = Ur-WEIZENART

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 2063 kJ/ 494 kcal

Fett: 27 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 2,4 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 22 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 2,1 g

Kohlenhydrate: 50 g

davon

- Zucker: 0,8 g

Ballaststoffe: 6,4 g

Eiweiß: 9,6 g

Salz: 2,9 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken und dunkel lagern, nicht über 20°C.

Dinkel-Parmesan-Gebäck*
2x100g

Bio Dinkel-Parmesan-Gebäck

0492

Zutaten:

*DINKELMEHL ° 75%, *PARMESAN 20%, *Rapsöl, Meersalz, Emulgator:

*SOJALECITHIN, *Rohrohrzucker.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

Kann Spuren von Eiern, Schalenfrüchten und Sesam enthalten.

°Dinkel=Ur-WEIZENART

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1803 kJ/ 429 kcal

Fett: 13 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 5,5 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 3,2 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 2,5 g

Kohlenhydrate: 56 g

davon

- Zucker: 1,4 g

Ballaststoffe: 3,8 g

Eiweiß: 20 g

Salz: 2,0 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken und nicht über 20°C lagern.

Weihnachten

Dinkel-Apfel-Stollen 2x250 g

0476

Dinkel-Stollen im Rohrohrzucker-Zimt-Mantel

Zutaten:

DINKELMEHL 30%, Palmfett 17 %, Sultaninen 10,5%, Äpfel getrocknet 10%, Rohrohrzucker 6%, Zitrusfruchtschalen kandiert (Orangenschalen, Zitronenschalen, Glukose-Fruktose-Sirup, Zucker, Salz, Säuerungsmittel: Citronensäure), Apfelsaftkonzentrat 3,9%, Hefe, Glukosesirup, HASELNÜSSE geröstet, MANDELN, Rum, Wasser, Meersalz, Zimt, Sonnenblumenöl, natürliches Zitronenaroma.

Trotz sorgfältiger Verarbeitung können technisch unvermeidbare Reste von Schalenbestandteilen enthalten sein.

Kann Spuren von Eiern, Soja, Milch, anderen Schalenfrüchten, Sesam und Lupine enthalten.

Die verwendeten Trockenfrüchte sind ungeschwefelt.

Unter Schutzatmosphäre verpackt.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1740 kJ/ 416 kcal

Fett: 20 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 8,5 g

Kohlenhydrate: 52 g

davon

- Zucker: 30 g

Ballaststoffe: 3,4 g

Eiweiß: 5,2 g

Salz: 0,40 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken lagern, nicht über 20°C.

Dinkel-Spekulatius* 2x180 g

0480

Bio Dinkel-Spekulatius

Zutaten:

*DINKELMEHL ° 50%, *Palmfett 25%, *Rohrohrzucker, *Glukosesirup, *Gewürze (*Ceylon-Zimt, *Nelken, *Cardamomen, *Macis).

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

Kann Spuren von Ei, Soja, Milch, Schalenfrüchten und Sesam enthalten.

°Dinkel=Ur-WEIZENART

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 2093 kJ/ 500 kcal

Fett: 25 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 11 g

Kohlenhydrate: 62 g

davon

- Zucker: 27 g

Ballaststoffe: 1,5 g

Eiweiß: 6,0 g

Salz: <0,01 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken lagern, nicht über 20°C.

Dominosteine* 2x140 g

Brauner Lebkuchen mit Apfelfruchtcreme-Füllung und Marzipan umhüllt von Zartbitterschokolade

0482

Zutaten:

*Apfelfruchtcreme-Füllung 37% (*Rohrohrzucker, *Glukosesirup, *Apfelsaft, Geliermittel: Pektine, Säureregulator: Natriumtartrat, *Palmfett), *Zartbitterschokolade 22% (*Kakaomasse, *Rohrohrzucker, *Kakaobutter), *Marzipan 22% (*Rohrohrzucker, *MANDELN, *Invertzuckersirup, Wasser, *Rosenwasser (*Rosendestillat, *Alkohol)), *DINKELMEHL 7%, *GERSTENMALZSIRUP, *Invertzuckersirup, *ROGGENMEHL, *Palmfett, Säuerungsmittel: Zitronensäure, Wasser, *Gewürze (*Zimt, *Koriander, *Nelken, *Anis, *Ingwer, *Muskat, *Piment), *Karamellzuckersirup, Backtriebmittel: Ammoniumhydrogencarbonat (Hirschhornsalz) und Kaliumcarbonat (Pottasche), Verdickungsmittel: *Guarkernmehl, Meersalz.
*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)
Kann Spuren von Eiern, Soja, Milch, anderen Schalenfrüchten und Sesam enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1593 kJ/ 379 kcal

Fett: 13 g

davon:

- gesättigte Fettsäuren: 6,2 g

Kohlenhydrate: 59 g

davon:

- Zucker: 48 g

Ballaststoffe: 4,0 g

Eiweiß: 4,5 g

Salz: 0,12 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken lagern, nicht über 18°C.

Früchtebrot 350g

Früchtebrot mit 50% Trockenfrüchten und 16% Nüssen

0452

Zutaten:

Pflaumen getrocknet, Sultaninen, Rohrohrzucker, Feigen getrocknet 8,2%, HASELNÜSSE 8,5%, Maisstärke, Äpfel getrocknet, kandierte Fruchtschalen (Orangenschalen, Zitronenschalen, Glukose-Fruktose-Sirup, Zucker, Säureregulator: Citronensäure), MANDELN blanchiert 5,7%, Rum, Aprikosen getrocknet 4%, Birnen getrocknet, WALNUSKERNE 2,8%, Reismehl, Wasser, Gewürze (Ceylon-Zimt, Nelken, Kardamom, Macis), Meersalz, Verdickungsmittel: Guarkernmehl, Sonnenblumenöl.
Kann Spuren von Ei, Soja, Milch, anderen Schalenfrüchten, Sesam und Lupine enthalten.

Die verwendeten Trockenfrüchte sind ungeschwefelt.

Unter Schutzatmosphäre verpackt.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1534 kJ/ 365 kcal

Fett: 11 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0,9 g

Kohlenhydrate: 59 g

davon

- Zucker: 42 g

Ballaststoffe: 6,3 g

Eiweiß: 4,3 g

Salz: 0,34 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

MHD: Mindestens 4 Wochen. Trocken lagern, nicht über 20°C.

Früchte-Punsch* 0,75l

Bio Mehrfruchtsaft mit Gewürzen

0454

Zutaten:

*Fruchtsaft 99% (roter *Traubensaft, *Holunderbeerensaft, *Apfelsaft, *Orangensaft), *Zimt, *Nelken, *Ingwer, *Kardamom, *Orangenschalenextrakt.
*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-007 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

100 ml enthalten durchschnittlich:

Energie: 243 kJ/ 58 kcal

Fett: 0,1 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 0 g

Kohlenhydrate: 13 g

davon

- Zucker: 13 g²

Eiweiß: 0,2 g

Salz: < 0,01 g

²Enthält von Natur aus Zucker.

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Nach dem Öffnen im Kühlschrank aufbewahren und innerhalb von 4-5 Tagen verbrauchen.

Glühwein* weiß 0,75 l

Bio-Glühwein

0628

Weißwein, harmonisch gesüßt und fein abgestimmt mit natürlichen Aromen von Zimt und Nelke, die mit dem fruchtigen Geschmack des Weines perfekt harmonisieren.

Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

Ca. 9,4 % vol.

Enthält Sulfite.

Glühwein*rot 0,75 l

Bio-Glühwein (aromatisiertes weinhaltiges Getränk)

0627

Rotwein, harmonisch gesüßt und fein abgestimmt mit natürlichen Aromen (u. a. von Zimt, Nelke und Kardamom).

Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)

Alkoholgehalt: ca. 10,5 % vol.

Enthält Sulfite

Lebkuchenkonfekt* 2x140 g

Bio-Lebkuchenkonfekt in Zartbitterschokolade

0484

Zutaten:

*Zartbitterschokolade 34% (*Kakaomasse, *Rohrohrzucker, *Kakaobutter), *HASELNÜSSE geröstet 15%, *Aprikosenkonfitüre 15% (*Rohrohrzucker, *Aprikosenmark, Geliermittel: Apfelpektin, Säuerungsmittel: Citronensäure), *Rohrohrzucker, *VOLLKORN-DINKELMEHL°, *Orangeat (*Glukosesirup, *Orangenschale, Salz), *weiße Schokolade (*Rohrohrzucker, *Kakaobutter, *VOLLMILCHPULVER), *Marzipan (*MANDELN, *Rohrohrzucker, *Invertzuckersirup, Wasser), *Zitronat (*Glukosesirup, *Zitronenschale, Salz), *Honig 1%, *Gewürze (*Ceylon-Zimt, *Koriander, *Nelken, *Anis, *Ingwer, *Muskatnuss, *Piment), *HÜHNEREIWEISSPULVER, Backtriebmittel: Ammoniumhydrogencarbonat (Hirschhornsalz) und Natriumhydrogencarbonat (Natron), Meersalz.
*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)
Kann Spuren von Soja, anderen Schalenfrüchten und Sesam enthalten.
°DINKEL = eine Ur-WEIZENART

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 2015 kJ/ 483 kcal

Fett: 28 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 11 g

Kohlenhydrate: 48 g

davon

- Zucker: 40 g

Ballaststoffe: 6,6 g

Eiweiß: 6,5 g

Salz: 0,17 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken lagern, nicht über 18°C.

Marzipan-Kartoffeln 2x100g

Edelmarzipan-Kartoffeln

0462

Zutaten:

MANDELN 43%, Zucker, Wasser, Invertzucker, Glukosesirup, Alkohol, Rosenextrakt, fettarmes Kakaopulver, Feuchthaltemittel: Invertase.
Kann Spuren von anderen Schalenfrüchten enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1869 kJ/ 447 kcal

Fett: 23 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 2,5 g

Kohlenhydrate: 47 g

davon

- Zucker: 44 g²

Ballaststoffe: 6,5 g

Eiweiß: 8,5 g

Salz: 0,04 g

² einfach Marzipankartoffeln enthalten 66 g Zucker und 27% Mandeln pro 100 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Bei 16°C kühl und trocken lagern.

Marzipan-Mini-Brote* 240 g**0471**

Marzipan mit Inulin in Rohrohrzucker-Zartbitterschokolade (12 Stück à 20 g, Gesamtinhalt: 240 g)

Zutaten:

*Marzipan 58% (*MANDELN, *Rohrohrzucker, *Invertzuckersirup, Trinkwasser), *Zartbitterschokolade 30% (*Kakaomasse, *Rohrohrzucker, *Kakaobutter), *Inulin 7,7%, *Rohrohrzucker.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)
Kann Spuren von Gluten, Soja, Milch, anderen Schalenfrüchten und Sesam enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 2118 kJ/ 510 kcal

Fett: 32 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 9,4 g

- einfach ungesättigte Fettsäuren: 16 g

- mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 3,6 g

Kohlenhydrate: 39 g

davon

- Zucker: 34 g³

Ballaststoffe: 15 g

Eiweiß: 8,9 g

Salz: 0,01 g

³herkömmliche Marzipanbrote enthalten durchschnittlich 61g/100g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken lagern, nicht über 18°C.

Oblaten-Lebkuchen*2x200 g**0460**

Bio Oblatenlebkuchen mit 14% Nüssen und Mandeln im Lebkuchen Überzogen mit 17% Zartbitterschokolade (Kakao: 70% mindestens)

Zutaten:

*Rohrohrzucker, *Zartbitterschokolade 17% (*Kakaomasse, *Rohrohrzucker, *Kakaobutter), *VOLLKORNMEHL 16% (*WEIZEN, *ROGGEN), *HÜHNEREIWEISS, *VOLLEI, *MANDELN, *Backoblaten (*WEIZENMEHL, *Kartoffelstärke), *Honig, kandierte *Orangenschalen (*Glukose-Fruktose-Sirup, *Orangenschalen, *Zitronensaft), *Agavendicksaft, *Marzipan (*MANDELN, *Rohrohrzucker, Wasser, *Invertzuckersirup), *HASELNÜSSE, *Zuckerrübensirup, *Apfelfaser, *SÜSSLUPINENMEHL, *Lebkuchengewürze, Verdickungsmittel: *Guarkernmehl, Meersalz.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)
Kann Spuren von Soja und Milch enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1694 kJ/ 404 kcal

Fett: 16 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 7,6 g

Kohlenhydrate: 52 g

davon

- Zucker: 42 g

Ballaststoffe: 9,0 g

Eiweiß: 8,5 g

Salz: 0,28 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken lagern, nicht über 18°C. Vor Temperaturschwankungen schützen.

Vollk.-Elisen-Lebkuchen*
525 g

Vollkorn Elisen-Lebkuchen (7 Stück à 75 g, Gesamthalt: 525 g)
4 Lebkuchen mit Schokoladenüberzug, 3 Lebkuchen natur mit Mandelaufgabe

0457

Zutaten:

*Ölsamen 30% (*MANDELN geröstet, *HASELNÜSSE geröstet), *Rohrohrzucker 20%, *Vollkorn-DINKELMEHL 10%, *Zartbitterschokolade 8% (*Kakaomasse, *Rohrohrzucker, *Kakaobutter), *Aprikosenkonfitüre 6% (*Rohrohrzucker, *Aprikosenmark, Geliermittel: Pektin, Säuerungsmittel: Citronensäure), *Marzipan (*MANDELN, *Rohrohrzucker, *Invertzuckersirup, Wasser), *Zitronat (*Glukosesirup, *Zitronenschale, Salz), *Orangeat (*Glukosesirup, *Orangenschale, Salz), *Honig 3%, *Oblate (*DINKELMEHL, *Kartoffelstärke), *HÜHNEREIWEISSPULVER, *Gewürze (*Zimt, *Koriander, *Nelken, *Anis, *Ingwer, *Muskat, *Piment), Wasser, Backtriebmittel:

Ammoniumhydrogencarbonat (Hirschhornsalz) und Natriumhydrogencarbonat (Natron), Meersalz.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)
Kann Spuren von Soja, Milch, anderen Schalenfrüchten, Sesam und Lupinen enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 1848 kJ/ 442 kcal

Fett: 22 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 3,7 g

Kohlenhydrate: 48 g

davon

- Zucker: 37 g

Ballstoffe: 7,0 g

Eiweiß: 9,5 g

Salz: 0,3 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken lagern, nicht über 18°C.

Weihnachts-Mandeln* 250 g

Geröstete Mandeln in Vollmilchschokolade mit Weihnachtsgewürzen

0173

Zutaten:

*Vollmilchschokolade 59% (*Rohrohrzucker, *Kakaobutter, *VOLLMILCHPULVER, *Kakaomasse), *MANDELN geröstet 39%, *Rohrohrzucker, *Gewürze.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)
Kann Spuren von Gluten, Soja, anderen Schalenfrüchten und Sesam enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 2504 kJ/ 603 kcal

Fett: 46 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 17 g

Kohlenhydrate: 32 g

davon

- Zucker: 32 g

Ballstoffe: 6,7 g

Eiweiß: 12 g

Salz: 0,13 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Kühl und trocken lagern.

Zutaten:

*Rohrohrzucker, *MANDELN geröstet 33%, *HASELNÜSSE geröstet 13%,
*Glukosesirup, *Orangeat (*Glukosesirup, *Orangenschalen, Salz),
*Invertzuckersirup, *EIWEISSPULVER, *Ceylon-Zimt 0,8%,
*Zitronensaftkonzentrat.

*Aus ökologischer Landwirtschaft, DE-ÖKO-001 (EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft)
Kann Spuren von Soja, Milch, anderen Schalenfrüchten und Sesam enthalten.

100 g enthalten durchschnittlich:

Energie: 2134 kJ/ 511 kcal

Fett: 28 g

davon

- gesättigte Fettsäuren: 2,2 g

Kohlenhydrate: 52 g

davon

- Zucker: 45 g

Ballaststoffe: 5,5 g

Eiweiß: 10 g

Salz: 0,08 g

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.

Trocken und nicht über 18°C lagern.