

Seelen

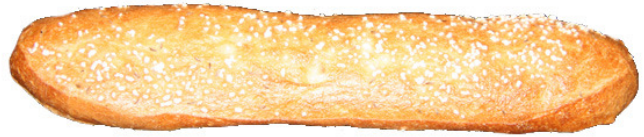
schwäbische Spezialität, 100% Weizen

je Stück (16g)				
kcal	Zucker	Fett	ges FS.	Natrium
32	0,2 g	0,2 g	0,0 g	0,46 g
2%	0%	0%	0%	19,1%

des GDA*

Beschreibung:

Durch lange Stehzeiten erhält das Gebäck ein ausgeprägtes Aroma bei zarter, lockerer Krume. Die glatte Kruste des relativ flachen Gebäckstückes ist mit Hagelsalz und Kümmel würzig abgestimmt. Die Seelen eignen sich bei vielen Gerichten als Beilage und für alle Beläge.

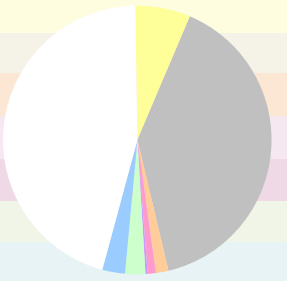


Zutaten:

Weizenmehl; Wasser; Salz; Gewürze;
Meersalz; Hefe; Olivenöl; Bohnenmehl; Weizeneiweiß;
Roggenmehl; Malzmehl;

Nährwerte:

	je 100g	je Stück (16g)
Eiweiß:	6,7 g	1,1 g
Kohlenhydrate:	41,4 g	6,6 g
davon Zucker:	1,4 g	0,2 g
Fett:	1,3 g	0,2 g
davon gesättigte Fettsäuren:	0,2 g	0,0 g
Ballaststoffe:	2,3 g	0,4 g
Natrium:	2,89 g	0,46 g
Brennwert:	852 kj 204 kcal	135 kj 32 kcal



*GDA (Guideline Daily Amount): Richtwert für die Tageszufuhr eines Erwachsenen basierend auf 2000 kcal. Der persönliche Bedarf variiert nach Alter, Geschlecht, Gewicht, Aktivität, etc.

Allergene:



Bitte beachten Sie die Hinweise am Anfang des Hefters!

Wir garantieren, dass unsere Produkte rezepturmäßig keine anderen allergenen Stoffe als die angegebenen enthalten. Wir können aber nicht ausschließen, dass auf der Vorstufe seitens der Vorlieferanten oder bei der Herstellung nicht vermeidbare Kontaminationen mit allergenen Bestandteilen stattfinden.

Alle Nährwerte sind berechnete Durchschnittswerte. Die Angaben unterliegen den bei Naturprodukten üblichen Schwankungen.