

Nussplunder

mit selbsthergestellter Nussfüllung

je Stück (163g)				
kcal	Zucker	Fett	ges FS.	Natrium
571	21,5 g	34,0 g	9,1 g	0,28 g
28%	24%	49%	45%	11,7%

des GDA*

Beschreibung:

Die Plunderteigvariante weist eine sehr ausgewogene Rezeptur auf und ist in der Kombination mit der leckeren, selbst hergestellten, üppigen Nussfüllung in ihrer Form ein beehrtes Feingebäck. Die Fett-/Ölbestandteile sorgen für eine gute Frischhaltung.

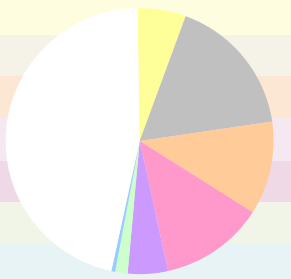


Zutaten:

Weizenmehl; ungeh. Margarine
 Vollmilch; Haselnuss; Wasser; Zucker; Marzipan; Ei;
 Aprikosen-Konfitüre;
 Hefe; Haselnusskrokant;
 Walnuss; Schmand; Meersalz; Rum; Weizeneiweiß; Gewürze;
 Malzmehl; Johannisbrotkernmehl; Vanille

Nährwerte:

	je 100g	je Stück (163g)
Eiweiß:	6,9 g	11,3 g
Kohlenhydrate:	33,9 g	55,4 g
davon Zucker:	13,2 g	21,5 g
Fett:	20,8 g	34,0 g
davon gesättigte Fettsäuren:	5,6 g	9,1 g
Ballaststoffe:	2,3 g	3,7 g
Natrium:	0,17 g	0,28 g
Brennwert:	1.464 kj 350 kcal	2.391 kj 571 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:

