

# Himalaya Basmati Reis natur / Vollkorn

## Zutaten

Basmati Reis\* natur

\*aus kontrolliert ökologischer Erzeugung

\*\*aus biodynamischer Erzeugung

## Allgemein

Edle Reisspezialität vom Fuße des Himalaya - naturbelassener, ungeschälter Vollkornreis. Dieser hochwertige Basmati Reis wird nach der Ernte gereinigt aber nicht geschält. So bleibt das voll Korn erhalten. Basmati Reis ist ein langkörniger Duftreis mit einem einzigartigen, natürlichem Aroma. Die Körner entfalten ihren köstlichen Duft beim Kochen und bleiben wunderbar locker.

## Herstellung

Basmatireis wird auf traditionellen Reisterassen angebaut und geerntet. Nach der Ernte wird das Reiskorn gereinigt und abgepackt.

## Ursprung der Hauptzutat(en)

Indien

## Verwendung

sehr gut geeignet für die orientalische und asiatische Küche, ideal als duftende Beilage

## Zubereitungshinweis

Für 250g Reis die 3-fache Menge Wasser zum Kochen bringen, den Reis zugeben und 25-30 Minuten bei geringer Hitze im geschlossenen Topf köcheln lassen. Vom Herd nehmen und den Reis 5 Minuten ruhen lassen. Den Reis erst nach dem Kochen salzen.

## Lagerhinweis

Bitte kühl und trocken lagern.

## Lebensmittelrechtliche Verkehrsbezeichnung

Basmati Reis natur

[Zum Produkt](#)

## Nährwerte

### Unzubereitet pro 100 g

<b>Brennwert kJ</b>	1491 kJ
<b>Brennwert kcal</b>	352 kcal
<b>Fett</b>	2,20 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>	0,60 g
<b>Kohlenhydrate</b>	74,10 g
<b>davon Zucker</b>	0,60 g
<b>Ballaststoffe</b>	2,2 g
<b>Eiweiß</b>	7,80 g
<b>Salz</b>	0,025 g

RAPUNZEL Naturkost GmbH & Co. KG

USt-IdNr.: DE 129088402

# Allergene

**Eier oder Eierzeugnisse**

**Erdnüsse oder Erdnusserzeugnisse**

**Fisch oder Fischerzeugnisse**

**glutenhaltiges Getreide oder Getreideerzeugnisse**

**Krebstiere oder Krebstiererzeugnisse**

**Lupine oder Lupinerzeugnisse**

**Milch oder Milcherzeugnisse einschließlich Lactose**

**Schalenfrüchte oder Schalenfruchterzeugnisse**

**Sellerie oder Sellerieerzeugnisse**

**Senf oder Senferzeugnisse**

**Sesamsamen oder Sesamerzeugnisse**

**Soja oder Sojaerzeugnisse**

**Schwefeldioxid oder Sulfite (mehr als 10mg/kg oder 10 mg/l  
SO<sub>2</sub>)**

**Weichtiere oder Weichtiererzeugnisse**