

# Parboiled Spitzenreis Langkorn weiß

aus europäischem Anbau, abgepackt im Hause Rapunzel

## Zutaten

Langkornreis\* weiß

\*aus kontrolliert ökologischer Erzeugung

\*\*aus biodynamischer Erzeugung

## Allgemein

Das Parboiling-Verfahren verbindet die Vorteile eines hohen Nährstoffgehalts mit einer kurzen Kochzeit. Durch das spezielle Verfahren werden die Nährstoffe mittels Dampf und Druck ins Innere des Kornes gepresst und 'eingeschlossen'. Dadurch bleibt ein Großteil der wertvollen Nährstoffe erhalten.

## Herstellung

Nach der Ernte wird der Reis gereinigt, anschließend mit Wasserdampf hitzebehandelt, getrocknet, poliert und abgepackt.

## Ursprung der Hauptzutat(en)

Italien

## Verwendung

für die moderne und vielseitige Küche, ideal für Reissalate

## Zubereitungshinweis

Für 250g Reis die 2-fache Menge Wasser zum Kochen bringen, den Reis zugeben und ca. 20 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

Parboiled Reis weiß

[Zum Produkt](#)

## Nährwerte

## Unzubereitet pro 100 g

<b>Brennwert kJ</b>	1482 kJ
<b>Brennwert kcal</b>	349 kcal
<b>Fett</b>	0,50 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>	0,10 g
<b>Kohlenhydrate</b>	78,90 g
<b>davon Zucker</b>	0,20 g
<b>Ballaststoffe</b>	1,4 g
<b>Eiweiß</b>	6,50 g
<b>Salz</b>	0,015 g

## Allergene

**Eier oder Eiererzeugnisse**

**Erdnüsse oder Erdnusserzeugnisse**

**Fisch oder Fischerzeugnisse**

**glutenhaltiges Getreide oder Getreideerzeugnisse**

**Krebstiere oder Krebstiererzeugnisse**

**Lupine oder Lupinenerzeugnisse**

**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>)**

