Polenta Maisgrieß

aus europäischem Anbau, abgepackt im Hause Rapunzel

Zutaten
Maisgrieß**
*aus kontrolliert ökologischer Erzeugung
**aus biodynamischer Erzeugung

Allgemein
Einfache und schnelle Zubereitung in nur ca. 10 Minuten. Für den beliebten Maisgrieß aus der italienischen Küche werden die Maiskörner zu Grieß vermahlen. Polenta passt sowohl zu würzigen als auch süßen Gerichten.

Herstellung
Die Maiskörner werden gereinigt, vermahlen, der Maisgrieß ausgesiebt und anschließend verpackt.

Ursprung der Hauptzutat(en)
Österreich

Verwendung
als cremige Beilage, herzhafte Schnitten, als Alternative für Pizzaböden und für Süßspeisen

Zubereitungshinweis
250 g Polenta in 0,75 l kochendes Wasser einrühren. Bei niedriger Hitze ca. 5-10 Minuten unter Rühren köcheln. Bei Bedarf Flüssigkeit nachgießen. Topf vom Herd nehmen und 5 Minuten ziehen lassen.

Lagerhinweis
Bitte kühl und trocken lagern.

Lebensmittelrechtliche Verkehrsbezeichnung
Polenta Maisgrieß

Zum Produkt

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kJ	1532 kJ
Brennwert kcal	361 kcal
Fett	2,20 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,50 g
Kohlenhydrate	77,20 g
davon Zucker	0,90 g
Ballaststoffe	2,4 g
Eiweiß	7,00 g
Salz	0,000 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_2)
Weichtiere oder Weichtiererzeugnisse