

Kichererbsen Spirelli

glutenfrei

Zutaten

Kichererbsen* gemahlen

*aus kontrolliert ökologischer Erzeugung

**aus biodynamischer Erzeugung

Allgemein

Rapunzel Kichererbsen Spirelli werden aus 100% Kichererbsen hergestellt. Die Hülsenfrucht sorgt für den fein-nussigen Geschmack und liefert viele Proteine & wertvolle Ballaststoffe. Mit einer Kochzeit von 4 Minuten landen die Kichererbsen Spirelli besonders schnell auf dem Pasta-Teller. Sie sind die ideale glutenfreie Alternative zu herkömmlicher Getreide-Pasta.

Herstellung

Die Spirelli werden aus 100% vermahlenden Kichererbsen hergestellt. Unter Zugabe von Wasser wird der Rohstoff zu einem Teig verknetet, der durch eine Matrize in die jeweilige Nudelform gepresst wird. Anschließend wird die Nudel schonend getrocknet.

Ursprung der Hauptzutat(en)

Diverse Länder

Verwendung

Die glutenfreie Alternative für alle Pasta-Gerichte.

Zubereitungshinweis

Pro 100 g Nudeln 1 Liter Wasser mit etwas Salz zum Kochen bringen. Nudeln hineingeben und vorsichtig umrühren. Die Kochzeit genau beachten! Nach Ende der Kochzeit die Nudeln abgießen. Kochzeit: ca. 4 Minuten Tipp für perfekte Pasta al dente: Einen Schuss Essig ins Kochwasser geben.

Lagerhinweis

Vor Wärme geschützt und trocken lagern.

Lebensmittelrechtliche Verkehrsbezeichnung

Spirelli aus Kichererbsen

[Zum Produkt](#)

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kJ	1537 kJ / 365 kcal kJ
Fett	6,10 g
davon gesättigte Fettsäuren	1,60 g
Kohlenhydrate	51,00 g
davon Zucker	2,30 g
Ballaststoffe	8,7 g
Eiweiß	22,00 g
Salz	< 0,010 g

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 SO₂)

Weichtiere oder Weichtiererzeugnisse