

# Sesam

abgepackt im Hause Rapunzel

## Zutaten

SESAM\*

\*aus kontrolliert ökologischer Erzeugung

\*\*aus biodynamischer Erzeugung

## Allgemein

Der Sesam stammt vom Rapunzel HAND IN HAND-Partner Sekem in Ägypten und wird traditionell angebaut. Das HAND IN HAND Programm kombiniert fairen Handel mit biologischem Anbau und unterstützt ökologische und soziale Projekte vor Ort. Sesam schmeckt wunderbar nussig-aromatisch. Tipp: In einer Pfanne ohne Fett angeröstet ist er noch aromatischer!

## Herstellung

Kurz vor der Ausreifung werden die Sesamstängel geerntet, geschnitten und in Horden getrocknet bis die Kapseln aufspringen. Anschließend werden die Stängel gedroschen, die Körner gereinigt, sortiert, erhitzt und abgepackt.

## Ursprung der Hauptzutat(en)

Ägypten

## Verwendung

in süße und würzige Backwaren, für Salate, Saucen und ins Müsli, für die asiatische Küche, zu Gemüsegerichten, zur Herstellung von Gomasio und vermahlen für Halva

## Lagerhinweis

Gut verschlossen, kühl, dunkel und trocken lagern.

## Lebensmittelrechtliche Verkehrsbezeichnung

Sesam ungeschält

[Zum Produkt](#)

## Nährwerte

### Unzubereitet pro 100 g

|                                    |           |
|------------------------------------|-----------|
| <b>Brennwert kJ</b>                | 2456 kJ   |
| <b>Brennwert kcal</b>              | 595 kcal  |
| <b>Fett</b>                        | 52,10 g   |
| <b>davon gesättigte Fettsäuren</b> | 8,20 g    |
| <b>Kohlenhydrate</b>               | 1,80 g    |
| <b>davon Zucker</b>                | 0,60 g    |
| <b>Ballaststoffe</b>               | 12,8 g    |
| <b>Eiweiß</b>                      | 23,30 g   |
| <b>Salz</b>                        | < 0,010 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**