Sesam ungeschält

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. Der Sesam ist ungeschält, reich an Ballaststoffen und eine Quelle für Protein. Er 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

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