

Kresse bioSnacky

aus europäischem Anbau, Kresse-Samen sind schleimbildend und daher nicht für das Keimglas geeignet

Zutaten

Kressesamen* (Lepidium sativum)

*aus kontrolliert ökologischer Erzeugung

**aus biodynamischer Erzeugung

Allgemein

Kresse-Samen schmecken würzig mit der typischen Schärfe. Sie sind besonders schnell zum Keimen zu bringen und daher ideal für Sprossen-Neulinge. Ideal als Würzmittel in Salaten, Saucen und Dressings und vor allem auf Brot. Sprossen sind die einfachste Methode, um zu jeder Jahreszeit wichtige Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente, sekundäre Pflanzenstoffe und Ballaststoffe in die Ernährung zu bringen - und das ganz frisch gererntet und 'regional' von der heimischen Fensterbank!

Herstellung

Kresse Keimsaaten werden gereinigt und abgepackt.

Ursprung der Hauptzutat(en)

Österreich

Verwendung

Vor dem Keimen mit klarem Wasser gründlich spülen. Anschließend nur noch besprenkeln. Die Bildung von Faserwurzeln ist möglich. Pro Samenschale 1 EL Samen verwenden. Einweichen ist nicht erforderlich. Einmal täglich mit Wasser besprenkeln und nach 3-5 Tagen ernten. Die ideale Keimtemperatur beträgt 18-22°C.

Lagerhinweis

Kühl, trocken und vor Licht geschützt lagern.

Lebensmittelrechtliche Verkehrsbezeichnung

Kresse-Samen

[Zum Produkt](#)

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kJ	159 kJ
Brennwert kcal	38 kcal
Fett	0,70 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,10 g
Kohlenhydrate	2,00 g
davon Zucker	0,10 g
Ballaststoffe	3,5 g
Eiweiß	4,20 g
Salz	0,100 g

RAPUNZEL Naturkost GmbH & Co. KG

USt-IdNr.: DE129088402

Allergene

Eier oder Eierzeugnisse

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
SO₂)**

Weichtiere oder Weichtiererzeugnisse