

Sojabohnen Edamamé, in der Dose

aus europäischem Anbau

Zutaten

Edamamé SOJABOHNEN*, Wasser, Meersalz

*aus kontrolliert ökologischer Erzeugung

**aus biodynamischer Erzeugung

Allgemein

Edamamé Sojabohnen enthalten besonders viele Proteine und sind reich an Ballaststoffen. Sie werden in Italien angebaut und sind nussig-süßlich im Geschmack und besonders aromatisch. Edamamé Bohnen werden als junge grüne Sojabohnen direkt nach der Ernte in maximal 6 Stunden fix & fertig gegart und in Dosen abgefüllt. Erntefrische Qualität, die man schmeckt. Die Einweich- und Kochzeit entfällt, da die Bohnen schonend vorgekocht sind.

Herstellung

Die gekochten Sojabohnen werden mit etwas Meersalz und Wasser in Dosen abgefüllt und zur Haltbarmachung erhitzt.

Ursprung der Hauptzutat(en)

Italien

Verwendung

traditionell als asiatische Vorspeise oder Snack, köstlich in Salaten und Bowls, als Püree, in Suppen oder Eintöpfen. Durch den Kochvorgang verändern die Sojabohnen ihre Farbe von leuchtend grün hin zu beige. Durch ihre natürliche Stärke kann die Lake fest werden, einfach die Bohnen abspülen.

Lagerhinweis

Nach Anbruch gekühlt lagern und rasch aufbrauchen.

Lebensmittelrechtliche Verkehrsbezeichnung

Sojabohnen Edamamé in der Dose

[Zum Produkt](#)

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

| | |
|-----------------------------|----------|
| Brennwert kJ | 416 kJ |
| Brennwert kcal | 100 kcal |
| Fett | 5,10 g |
| davon gesättigte Fettsäuren | 0,90 g |
| Kohlenhydrate | 2,90 g |
| davon Zucker | 2,10 g |
| Ballaststoffe | 5,2 g |
| Eiweiß | 8,00 g |
| Salz | 0,690 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 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