

# **Porridge / Brei Basis**

schnell zubereitet - ohne Kochen, hergestellt im Hause Rapunzel

## **Zutaten**

HAFERVOLLKORNFLOCKEN\*(63,00%), MANDELN\* geröstet(10,00%), Amaranthmehl\*, HAFERKLEIE\*, Sonnenblumenkerne\*(5,00%), SESAM\*(5,00%), Buchweizen\*, Leinmehl\*(2,00%), Bourbon Vanille\*

\*aus kontrolliert ökologischer Erzeugung

\*\*aus biodynamischer Erzeugung

## **Allgemein**

Der feine Mix aus zarten Hafervollkornflocken, gerösteten Mandelstückchen, Saaten und echter Bourbon Vanille macht diesen Basis-Porridge zu einem echten Genießer-Frühstück. Pur ebenso köstlich wie individuell ergänzt. Topping-Tipp: Mit Nussmus & Früchten verfeinern! Ohne Zuckerzusatz (enthält von Natur aus Zucker).

## **Herstellung**

Die ausgewählten Zutaten werden schonend und sorgfältig im Hause Rapunzel gemischt.

## **Ursprung der Hauptzutat(en)**

Diverse Länder

## **Verwendung**

warm frühstücken, ohne Kochen

## **Lagerhinweis**

Bitte kühl und trocken lagern.

## **Lebensmittelrechtliche Verkehrsbezeichnung**

Frühstücksbrei Basis

[Zum Produkt](#)

## **Nährwerte**

### **Unzubereitet pro 100 g**

Brennwert kJ	1784 kJ
Brennwert kcal	426 kcal
Fett	17,80 g
davon gesättigte Fettsäuren	2,40 g
Kohlenhydrate	47,40 g
davon Zucker	1,46 g
Ballaststoffe	10,4 g
Eiweiß	13,90 g
Salz	< 0,006 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<sub>2</sub>)**

**Weichtiere oder Weichtiererzeugnisse**