

Porridge / Brei Ayurveda

schnell zubereitet - ohne Kochen, hergestellt im Hause Rapunzel

Zutaten

HAFERVOLLKORNFLOCKEN*(44,00%), Kokosraspel*(10,00%), Kokosmehl*(10,00%), Datteln* gemahlen, Reisvollkornmehl*, Pflaumen* gehackt getrocknet(8,00%), GERSTENVOLLKORNFLOCKEN*(5,00%), Leinmehl*, Bourbon Vanille*, Ingwer*, Zimt*, Kardamom*, Kurkuma*, Pfeffer* schwarz, Steinsalz

*aus kontrolliert ökologischer Erzeugung

**aus biodynamischer Erzeugung

Allgemein

Hier zaubern zarte Hafer- und Gerstenflocken, kombiniert mit aromatischem Kokos, fruchtiger Pflaume und fein abgestimmten ayurvedischen Gewürzen wie Ingwer, Zimt, Kardamom, Kurkuma, schwarzem Pfeffer und Bourbon Vanille, ein feines ayurvedisches Frühstück auf den Tisch. 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 Ayurveda

[Zum Produkt](#)

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kJ	1667 kJ / 398 kcal kJ
Fett	13,50 g
davon gesättigte Fettsäuren	9,90 g
Kohlenhydrate	52,10 g
davon Zucker	13,10 g
Ballaststoffe	11,7 g
Eiweiß	11,10 g
Salz	0,050 g

Allergene

RAPUNZEL Naturkost GmbH & Co. KG

USt-IdNr.: DE 129088402

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
SO₂)**

Weichtiere oder Weichtiererzeugnisse