

Porridge / Brei Hildegard Dinkel

schnell zubereitet - ohne Kochen, hergestellt im Hause Rapunzel

Zutaten

DINKELVOLLKORNFLOCKEN* und -MEHL* (eine WEIZENart)(68,00%), Apfelwürfel* und -granulat* getrocknet(17,00%), HAFERKLEIEMEHL*, Leinmehl*, Himbeerstücke*(2,00%), Galgant*, Bourbon Vanille*

*aus kontrolliert ökologischer Erzeugung

**aus biodynamischer Erzeugung

Allgemein

Nach Hildegard von Bingen ist die gesunde und maßvolle Ernährung grundlegend für ein langes und vitales Leben. Sie empfiehlt zum Frühstück eine warme Dinkelspeise und stützt sich dabei auf die traditionelle philosophische Naturheilkunde. Zarte Dinkelflocken, kombiniert mit Äpfeln, fruchtigen Himbeeren und Galgant, einem milden Hildegard-Gewürz, für ein wunderbar wärmendes Frühstück. 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 Hildegard

[Zum Produkt](#)

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kJ	1461 kJ
Brennwert kcal	346 kcal
Fett	2,70 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,50 g
Kohlenhydrate	62,00 g
davon Zucker	13,80 g
Ballaststoffe	11,9 g
Eiweiß	12,40 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 SO₂)

Weichtiere oder Weichtiererzeugnisse