

# Artischockenherzen in Lake

## Zutaten

Artischockenherzen\*, Wasser, Apfelessig\*, Meersalz, Zitronensaft\*

\*aus kontrolliert ökologischer Erzeugung

\*\*aus biodynamischer Erzeugung

## Allgemein

Sonnengereifte Artischockenherzen aus Süditalien sind ein kulinarischer Leckerbissen. Sie werden sorgfältig angebaut, von Hand geerntet und halbiert oder geviertelt. In Lake eingelegt, haben sie einen mild-zarten, aromatischen Geschmack. Liebevoll hergestellt in einem Familienbetrieb in Italien.

## Herstellung

Die frisch geernteten italienischen Artischocken werden von Hand geputzt, gewaschen und in Hälften oder Viertel geschnitten. Anschließend werden sie mit Wasser, Apfelessig und Salz blanchiert, gut abgetropft und ins Glas gefüllt. Nach dem Zufügen der Lake werden die Gläser verschlossen und zur Haltbarmachung schonend erhitzt.

## Ursprung der Hauptzutat(en)

Italien

## Verwendung

ideal geeignet als Antipasti, Pizzabelag, in Salaten oder mediterranen Gerichten

## Lagerhinweis

Nach dem Öffnen gekühlt lagern, mit Lake bedeckt halten und rasch verbrauchen.

## Lebensmittelrechtliche Verkehrsbezeichnung

Artischockenherzen Lake

[Zum Produkt](#)

## Nährwerte

### Unzubereitet pro 100 g

<b>Brennwert kJ</b>	89 kJ / 21 kcal
<b>Fett</b>	0,39 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>	0,13 g
<b>Kohlenhydrate</b>	1,30 g
<b>davon Zucker</b>	0,12 g
<b>Ballaststoffe</b>	2,9 g
<b>Eiweiß</b>	1,65 g
<b>Salz</b>	1,480 g

## Allergene

RAPUNZEL Naturkost GmbH & Co. KG **Ei oder Eiererzeugnisse**

USt-IdNr.: DE 129088402

---

**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**