

Bio 4-Korn-Flocken

4-Kornflocken sind Vollkornflocken, die aus dem ganzen Korn, mitsamt den wertvollen Randschichten und Keimling hergestellt werden. Das Getreide wird gereinigt, entspelzt, gedämpft und dann zu Flocken gewalzt.

Dieser Flockenmix ist vielseitig einsetzbar, z.B.

- als Grundlage für Ihr Müsli
- als Backzutat in oder auf Broten oder Plätzchen
- zur Herstellung vegetarischer Bratlingen oder Burger
- zur Herstellung von Frühstücksbrei
- in Drinks oder Smoothies

[Zum Produkt](#)

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	1414,00 kj
Brennwert kcal	335,00 kcal
Fett	3,90 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,80 g
Kohlenhydrate	59,00 g
davon Zucker	1,00 g
Ballaststoffe	11,00 g
Eiweiß	11,00 g
Salz	0,02 g

Allergene

glutenhaltiges Getreide	Ja
Sesamsamen	Ja
Soja	Ja
Schalenfrüchte	Ja

Vegan	Ja
Vegetarisch	Ja
Cashews	Ja

Sonstige Angaben

Rohkostgeeignet	NeinNein
-----------------	----------