

# Bio-Dinkelflocken Großblatt

## Dinkelflocken - gut verträglich und nährstoffreich

Zur Herstellung von Dinkelflocken werden die Dinkelkörner gereinigt und entspelzt, dann gewalzt. Daher enthalten sie einen Großteil der wertvollen Inhaltsstoffe des Dinkelkorns. Dinkel versorgt Sie mit wichtigen Vitaminen und Mineralstoffen, wie Magnesium, Zink und Eisen. Dinkelflocken bilden eine tolle Grundlage für jedes Frühstück. Zudem sind sie sehr gut verdaulich und fördern die Verdauung. Obwohl Dinkel zwar nicht glutenfrei ist, wird er von vielen Personen mit einer Dinkelflocken eignen sich zubereitet als Brei, im Müsli oder als Backzutat in oder auf Broten und Brötchen.

[Zum Produkt](#)

## Nährwerte

### Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	1457 kj
Brennwert kcal	344 kcal
Fett	1,70 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,2 g
Kohlenhydrate	60,0 g
davon Zucker	0,7 g
Ballaststoffe	10,0 g
Eiweiß	17,0 g
Salz	0 g

## Allergene

glutenhaltiges Getreide	Ja
Sesamsamen	Ja
Soja	Ja
Schalenfrüchte	Ja
Dinkel	Ja