

Økologisk sødt ristet lupinemel

Let ristet, fint formalet økologisk sødt lupinemel til ekstra proteinkick i bagværk som brød og kager. Egner sig også fremragende som bindemiddel i sovs og supper samt i frikadeller. 100 g lupinemel indeholder 40 g proteiner. Derfor kan det også give et ekstra proteinkick i smoothies, müsli og porridge. I veganske bagværk fungerer det som æggeerstatning. Erstat et æg med 1 spsk økologisk sødt lupinemel og 2 spsk vand. Find også hos os i butikken: [Økologisk sød lupinskidt](#).

Produkt

Nutritional values

Unprepared per 100 g

Calorific value kj	1402 kj
Calorific value kj	1443 kj
Calorific value kcal	335 kcal
Calorific value kcal	345 kcal
Fat	7 g
Fat	11 g
Of which saturated fatty acids	1.5 g
Carbohydrates	13 g
Carbohydrates	4.5 g
Of which sugar	3 g
Of which sugar	3.5 g
Fibers	32 g
Fibers	34 g
Protein	39 g
Protein	40 g
Salt	0.038 g
Salt	0.1 g

Allergens

Gluten-containing cereal	No
Chicken egg	No
Peanuts	No
Milk	No
Celery	No
Sesame seeds	No
Lupines	Yes
Crustaceans	No
Fish	No
Soy	No
Nuts	No
Mustard	No
Sulfur dioxide and sulphite	No
Molluscs	No
Cashews	No
Spelt	No
Barley	No
Oat	No
Hybrid Strains	No
Kamut	No
Macadamia	No
Almonds	No
Brazil Nuts	No

Pecans	No
Pistachios	No
Rye	No
Hazelnuts	No
Sesame	No
Walnuts	No
Wheat	No