

Grønne ærter split økologisk

Tørrede, skållede, grønne halve ærter med fast konsistens. Ærterne er små til middelstore, halvrunde og har en sødlig, mild smag. De kaldes også haveærter eller spiseærter. Ligesom andre ballemidler er de lavt på fedt og udmærker sig ved en høj indhold af protein og kostfibre. Dette gør dem til en ideal ingrediens til enhver køkken, hvad enten det er som cremet suppe, pålæg eller tilbehør. VIDEN: De hører til familien af ballemidler og bidrager til at holde vores jord sund. Deres rødder binder kvælstof fra luften og øger dermed jordens frugtbarhed. Deres blomster er en velkommen fødekilde for mange insekter. Find flere ballemidler med kort kogetid uden indblødning her: [røde halve bio linser](#) eller [gule halve linser](#).

[Produkt](#)

Nutritional values

Unprepared per 100 g

Calorific value kj	1264 kj
Calorific value kcal	302 kcal
Fat	1.4 g
Of which saturated fatty acids	0.3 g
Carbohydrates	41.2 g
Of which sugar	3.5 g
Fibers	16.6 g
Protein	22.9 g
Salt	0.06 g

Allergens

Gluten-containing cereal	No
Chicken egg	No
Peanuts	No
Milk	No
Celery	No
Sesame seeds	No
Lupines	No

Horst Bode Import-Export GmbH
Momsnummer: DE154233667

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