

Økologiske Figen Protoben Nr. 4/5

Tynde skallede og bløde, søde figen fra Tyrkiet har i mange år været en af vores økologiske klassikere. De solrige bjergfigen vokser primært i Aydin-Germencik området. "Protoben" betyder, at de flade, tørrede figen er sorteret i skålformede, lagdelte papirer i æskerne. De fiberrige frugter er populære som snacks og egner sig også til madlavning og bagning. Om sommeren, inden den nye høst ankommer, sukker figerne mere, hvilket dog ikke påvirker kvaliteten. Tværtimod: Udsukkeringen er en helt naturlig proces. Under tørringen af frugterne bliver der en restfugtighed, der formindskes over tid og træder ud. Sammen med dette vand kommer der også frugtsukker på ydersiden af tørfrugterne, der tørrer og ses som en hvid lag. Denne udsukkering bekræfter den naturlige og økologiske kvalitet af tørfrugterne.

[Produkt](#)

Nutritional values

Unprepared per 100 g

Calorific value kj	1014 kj
Calorific value kcal	242 kcal
Fat	2 g
Of which saturated fatty acids	0.1 g
Carbohydrates	46.4 g
Of which sugar	37 g
Fibers	14.4 g
Protein	2.5 g
Salt	0.025 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