

# Økologisk maledede Flohsamenskaller

Flohsamenskallernes skaller er rige på kostfibre (85g/100g) og har en høj evne til at kvæle. Derfor er det vigtigt at indtage dem med rigelig væske. De er næsten smagsneutrale og kan supplere müsli, toppings, smoothies og bagværk. De er økologisk dyrket og maledede.

[Produkt](#)

## Nutritional values

### Unprepared per 100 g

|                                |          |
|--------------------------------|----------|
| Calorific value kj             | 849 kj   |
| Calorific value kcal           | 203 kcal |
| Fat                            | 1 g      |
| Of which saturated fatty acids | 0.1 g    |
| Carbohydrates                  | 3.6 g    |
| Of which sugar                 | 0.5 g    |
| Fibers                         | 82 g     |
| Protein                        | 3.9 g    |
| Salt                           | 0.28 g   |

## Allergens

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