

Økologisk Bulgur medium 5kg

Økologisk Bulgur lavet af hvede. Fremstilles ved at dampbehandle, tørre og formale hvedekerner. Dette medfører, at vitaminer og mineraler fra yderlaget kommer ind i kornet. Resultatet er et bredt anvendeligt ingrediens med kort kogetid. Bulgur er en kilde til protein og kostfiber. Den tilføjer en orientalsk note til panderetter, supper, gryderetter, fyld og bradboller, smager fantastisk til grøntsager og bælgrugter og kan også bruges til at lave desserter eller morgenmadretter med [fine \(tørrede\) frugter](#) og [nødder](#).

Produkt

Nutritional values

Unprepared per 100 g

Calorific value kj	1420 kj
Calorific value kcal	340 kcal
Fat	1.3 g
Of which saturated fatty acids	0.2 g
Carbohydrates	63.4 g
Of which sugar	0.4 g
Fibers	12.5 g
Protein	12.3 g
Salt	0.043 g

Allergens

Gluten-containing cereal	Yes
Gluten-containing cereal	No
Gluten-containing cereal	Yes
Gluten-containing cereal	No
Gluten-containing cereal	Yes
Gluten-containing cereal	No
Gluten-containing cereal	Yes
Gluten-containing cereal	No
Gluten-containing cereal	No

Gluten-containing cereal	Yes
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
Horst Bode Import-Export GmbH Pistachios Mohnstr. 11 42699 Solingen Germany Phone: +49 212 54233667	No

Rye	No
Hazelnuts	No
Sesame	No
Walnuts	No
Wheat	Yes
Wheat	No
Wheat	Yes
Wheat	No
Wheat	Yes
Wheat	No
Wheat	Yes
Wheat	No
Wheat	Yes