# Quinoa Vollkorn - Abgabe 100 g weise

Angebaut in Deutschland! Von Natur aus glutenfrei, laktosefrei und vegan!
Dieses Getreide/Pseudogetreide enthält von Natur aus kein Gluten. Es eignet sich daher für alle, die freiwillig auf Gluten verzichten möchten. Es ist jedoch nicht im rechtlichen Sinne als glutenfrei (<20mg/kg) zu bezeichnen, da durch den Produktionsprozess Gluten in das Produkt übergegangen sein kann.
Da staunen die Inka! Das Superfood aus den Anden wird direkt vor Muddas Haustür angebaut. So muss es nicht um die halbe Welt fliegen, um auf Deinem Teller zu landen. Und besonders gesund und nährstoffreich ist es auch. Mudda ist eben die beste!
Der Vollkorn-Quinoa ist frei von Bitterstoffen und muss deshalb nicht gewaschen werden. Quinoa  kann gekocht als Beilage serviert werden. Oder Du verarbeitest es weiter, z.B. Quinoa-Burgern, Salaten oder Gemüsepfannen.
Ungekocht und vermahlen eignet sich Quinoa auch zum Backen.
Der Vollkorn-Quinoa ist aus nicht konventionellem Anbau.
Die Lieferung erfolgt im Pfandbeutel. Es entsteht somit kein Verpackungsmüll!
**Zubereitung:** Quinoa in kochendes Salzwasser oder gemüsefond geben und ca. 15 Minuten köcheln lassen. gelegentlich umrühren. Fertig!

Zum Produkt

## Nährwerte

**Unzubereitet pro 100 g**

| | |
|---|---|
| Brennwert kj | 1539 kj |
| Brennwert kcal | 368 kcal |
| Fett | 6,1 g |
| davon gesättigte Fettsäuren | 0,7 g |
| Kohlenhydrate | 58,4 g |
| davon Zucker | 3,3 g |
| Ballaststoffe | 8,1 g |
| Eiweiß | 14,1 g |
| Salz | 0,05 g |

## Zusätzliche Informationen

Zutaten: Vollkorn Quinoa - aus nicht konventionellem Anbau
Trocken lagern!
Könnte Spuren von Gluten durch den Produktionsprozess enthalten!