

# Pinienkerne - Abgabe 10 g weise

Beige-gelbliche, längliche und flache Pinienkerne. Sie haben eine feste Konsistenz und sind eine Ballaststoffquelle. Pinienkerne haben ein besonders feines Aroma, welches sich beim Rösten noch entfaltet. Sie eignen sich gut für die mediterrane Küche, zum Backen, für Salate und als Snack.

Die Pinienkerne sind aus nicht konventionellem Anbau.

Die Lieferung erfolgt im Pfandglas. Es entsteht somit kein Verpackungsmüll!

Ursprung: Russland

[Zum Produkt](#)

## Nährwerte

### Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	2993 kj
Brennwert kcal	715 kcal
Fett	68.4 g
davon gesättigte Fettsäuren	4.9 g
Kohlenhydrate	9,4 g
davon Zucker	3.6 g
Ballaststoffe	3,7 g
Eiweiß	13.7 g
Salz	0,005 g

## Zusätzliche Informationen

Zutaten: Pinienkerne\* - \* aus nicht konventionellem Anbau

Ursprung: Russland

Spuren möglich von Sesam, Erdnüssen, Schalenfrüchten, Soja und Gluten.