



Hot Hafer Beere glutenfrei Demeter, 400g

Das beerenstarke Frühstück. Ungesüßt. Glutenfrei.



Artikelnummer 397337	GTIN-Stück 4 015637 825410	GTIN-Verpackung 4 015637 805696	eco-ID 146998	
--------------------------------	--	---	-------------------------	--

Marke Bauckhof

Qualität

100% bio, demeter, Bio-Siegel, EU Bio-Logo, EU Landwirtschaft / Nicht EU Landwirtschaft, the vegan society, Glutenfrei Ähre der DZG, FairBio Verein

Öko-Kontrollstelle DE-ÖKO-007 | PV

Zollrechtliche Herkunft

Deutschland (DE)

Wechselnde Ursprungsländer

ja

Ursprungsland/ -region Hauptzutaten

Diverse Länder

Zutaten

HAFERVollkornflocken** glutenfrei 81%, Beeren* (Korinthen*, Brombeerstücke*, Heidelbeeren*, Erdbeerstücke*, Himbeerstücke*)

**aus biodynamischem Anbau, *kontrolliert biologischer Anbau

Diese Zutatenliste entspricht einer Volldeklaration im Sinne der Richtlinien des Bundesverbandes Naturkost & Naturwaren.

Dieses Produkt ist nicht aromatisiert.

Allgemeines

Ohne Verwendung von genmodifizierten Organismen oder genmodifizierten Rohmaterialien, ohne Verwendung von Konservierungsstoffen und Zusätzen. Rückstandsanalyse der einzelnen Zutaten.

Besonderheiten

Cholesterinbewusste Ernährung mit Hafer

Erwiesenermaßen senken Hafer-Beta-Glucane den Cholesterinspiegel im Blut. Hohe Cholesterinwerte zählen zu den Risikofaktoren bei der Entstehung koronarer Herzkrankheiten. Die förderliche Wirkung wird erzielt bei einer täglichen Aufnahme von 3g Hafer-Beta-Glucan (entspricht 100g Hot Hafer oder eine Portion Hot Hafer mit 4 EL Bauckhof Haferkleie).

Eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise mit ausreichend Bewegung sind grundlegende Voraussetzungen für Ihre Gesundheit.

Kurzbeschreibung

Ohne Verwendung von genmodifizierten Organismen oder genmodifizierten Rohmaterialien, ohne Verwendung von Konservierungsstoffen und Zusätzen. Rückstandsanalyse der einzelnen Zusätze.





Hot Hafer Beere glutenfrei Demeter, 400g

Das beerenstarke Frühstück. Ungesüßt. Glutenfrei.



Artikelnummer 397337	GTIN-Stück  4 015637 825410	GTIN-Verpackung  4 015637 805696	eco-ID 146998	
--------------------------------	---	--	-------------------------	---

Rezept, Zubereitung

Hafer-Beeren-Dessert

4 gehäufte Esslöffel (ca. 50g) Mischung in eine Rührschüssel geben. Mit 150 ml kochender Milch oder kochendem Sojadrink übergießen und quellen lassen. Nach dem Abkühlen 1-2 EL Zucker und 150g Joghurt in die Flockenmasse rühren. Nach Geschmack zusätzlich 100 ml geschlagene Sahne unterheben. In Dessertschälchen füllen und mit frischen Beeren dekorieren. Ergibt 3 Portionen.

Verarbeitungshinweis

Klassische Zubereitung für 4 Personen:

200g Mischung mit 600 ml Milch oder Wasser in einen Kochtopf geben und unter Rühren langsam zum Kochen bringen. 2-4 Minuten köcheln lassen bis der Haferbrei die gewünschte Konsistenz erreicht hat. Warm genießen!

Schnelle Zubereitung für 1 Portion:

4 gehäufte Esslöffel (ca. 50g) Mischung in ein Schälchen geben. Mit 150 ml kochendem Wasser oder kochender Milch übergießen und 2 Minuten quellen lassen. Anschließend gut durchrühren und warm genießen!

Zubereitung in der Mikrowelle für 1 Portion:

4 gehäufte Esslöffel (ca. 50g) Mischung in ein Schälchen geben und mit 150 ml kaltem Wasser oder kalter Milch übergießen. Gut verrühren und auf höchster Stufe für 2 Minuten erhitzen. Danach 2 Minuten quellen lassen, nochmals gut durchrühren und warm genießen!

Serviervorschlag:

Den Haferbrei nach Geschmack mit Sahne, Joghurt, Obst oder Nüssen verfeinern! Bei Bedarf süßen mit z.B. Zucker, Zuckerrübensirup, Honig, Agavendicksaft oder Ahornsirup.

Hinweise zur Handhabung oder Verwendung

Neu: Demeter Hot Hafer Produkte sind ab sofort glutenfrei!

Für unseren Hot Hafer verwenden wir ausschließlich glutenfreie Haferflocken. Unsere glutenfreien Haferflocken sind in Anbau, Transport und Verarbeitung frei von Verunreinigung mit glutenhaltigem Getreide.

Wir analysieren jede Charge und garantieren <20ppm Gluten.

Die meisten Menschen mit einer Glutenunverträglichkeit können glutenfreien Hafer in ihre Ernährung einbeziehen, da sich die Eiweißstruktur des Hafers von der von Weizen, Roggen, Dinkel und Gerste unterscheiden.

Herstellung

Für unseren Bauckhof Hot Hafer verwenden wir Demeter Rohstoffe, die nicht nur im kontrolliert-biologischen, sondern im biologisch-dynamischen Anbau erzeugt werden. Durch organischen Dünger werden die natürliche Fruchtbarkeit und die Lebenskräfte der Erde und Pflanzen besonders gefördert.

Mehr Informationen finden Sie unter www.bauckhof.de

Lager- und Aufbewahrungshinweis

Kühl und trocken.

Sonstige Hinweise

Der Bauckhof

ist einer der ältesten Demeter-Höfe in Deutschland. Neben der Herstellung von Naturkost betreiben wir biologisch-dynamische Landwirtschaft, eine sozialtherapeutische Einrichtung, einen Hofladen, eine Molkerei, eine Windkraftanlage und vieles mehr. Besuchen Sie uns unter www.bauckhof.de



Hot Hafer Beere glutenfrei Demeter, 400g

Das beerenstarke Frühstück. Ungesüßt. Glutenfrei.



Artikelnummer 397337	GTIN-Stück 4 015637 825410	GTIN-Verpackung 4 015637 805696	eco-ID 146998	
--------------------------------	--	---	-------------------------	--

Allergiehinweise

nicht enthalten: Eier, Erdnuss, Fisch, Krebstier, Lupine, Milch, Sellerie, Senf, Soja, Weichtier, Cashewnuss, Dinkel, Gemüse / Hülsenfrüchte, Gerste, Glutamat, Haselnuss, Hefe, Huhn, Kakao, Kamut, Koriander, Kuhmilcheiweiß, Laktose, Macadamianuss, Mais, Mandeln, Milcheiweiß, Paranuss, Pecanuss, Pfeffer, Pistazie, Queenslandnuss, Rind, Roggen, Schwein, Umbelliferae, Vanillin, Walnuss, Weizen, Zimt

Ausschluss garantiert: Gluten

Spuren möglich: Schalenfrüchte, Sesam

nein: Schwefeldioxid und Sulfite > 10mg/kg

enthalten: Hafer

Weitere Eigenschaften

vegan ✓ vegetarisch ✓ Lebensmittel gentechnikfrei ✓ natriumarm (< 120mg/100g) ✓ Rohstoffe nicht jodiert ✓
streng natriumarm (<40 mg / 100g) ✓ ungesüßt ✓



Hot Hafer Beere glutenfrei Demeter, 400g

Das beerenstarke Frühstück. Ungesüßt. Glutenfrei.



Artikelnummer 397337	GTIN-Stück 4 015637 825410	GTIN-Verpackung 4 015637 805696	eco-ID 146998	
--------------------------------	--	---	-------------------------	--

Warengruppenspezifische Angaben

Rechtlicher Status..... Lebensmittel
Saisonartikel..... nein
Süßung..... nicht gesüßt

Qualität

Bio-Erzeugnis..... ja
Anteil an Bio-Zutaten..... 100% bio
Staatliche Siegel..... Bio-Siegel, EU Bio-Logo
Länderzusatz des EU-Logos..... EU Landwirtschaft / Nicht EU Landwirtschaft
Öko-Kontrollstelle..... DE-ÖKO-007
Welcher Standard wird erfüllt..... demeter
Weitere Qualitätskriterien und Labels..... the vegan society, Glutenfrei Ähre der DZG, FairBio Verein

Gesetzliche Angaben

Zusatzstoffe, Rechtlicher Hinweis..... Keine deklarationspflichtigen Zusatzstoffe vorhanden
Rechtliche Bezeichnung des Produkts..... Glutenfreie Flockenmischung zur Zubereitung eines warmen Haferbreis mit 16% Beeren
Inverkehrbringer..... Bauck GmbH, Duheweitz 4, D-29571 Rosche

Nährwerte & Analyseergebnisse bezogen auf 100 g

Energie kJ / kcal..... 1513 kJ / 359 kcal
Fett..... 5,6 g
davon gesättigte Fettsäuren..... 0,9 g
Kohlenhydrate..... 60 g
davon Zucker..... 13 g
Ballaststoffe..... 9,5 g
Eiweiß..... 11 g
Salz..... 0,01 g
Ermittlung der Nährwerte durch..... Berechnung

Sonstige Analysewerte

Beta-Glucane..... 3 g

Angaben zur VE (VerbrauchsEinheit / Einzel)

Verpackungsmaterial..... Papier
Verpackungsart..... Beutel

Preise und Konditionen

Pfand..... nein