



Colazione basica "BasenZeit" 800 g

a partire da: 13,50 €

Panoramica veloce

Pappa basica al grano saraceno con frutta, BIO

Ingredienti: Grano saraceno (50%), fiocchi di miglio, frutta 15% in peso variabile (pezzi di albicocche - antiagglomerante: farina di riso - e mele), semi di girasole, farina di miglio bruno, farina di lupino, amaranto soffiato, farina di mandorle. Tutti ingredienti da **agricoltura biologica**. Può contenere tracce di nocciole, sesamo e soia (Glutine: < 20 mg/ kg)

Dettagli

Colazione basica, per deacidificare l'organismo fin dal mattino!

La colazione ideale per bambini ed adulti, per iniziare la giornata con energia e buon umore. BasenZeit è una colazione gustosa e veloce da preparare, facile da modificare ogni giorno aggiungendo gli ingredienti che si preferiscono.

BasenZeit è adatta anche per una piccola merenda ed è una perfetta miscela base per deliziosi biscotti, snack o muffin (ricette sul nostro sito). Ricca di proteine vegetali, carboidrati, fibre e micronutrienti, aiuta a prevenire gli attacchi di fame.

Contenuto: 2x400 g

800 g = circa 20 porzioni.

Qualità del prodotto

100% biologico certificato
senza glutine (contenuto di glutine inferiore a 20 mg / kg)
senza lattosio
senza zuccheri aggiunti (contiene naturalmente zucchero)
senza aromi artificiali
contenuto di sodio molto basso
elevati valori nutrizionali

Vantaggi del prodotto

fonte di proteine
fonte di fibre alimentari
proteine di alta qualità dai lupini dolci
frutta non salata
semi di girasole interi
solo frutti locali

Preparazione

Per porzione: 4 cucchiaini (ca. 40 g) di Basenzeit e 100 ml di acqua calda o latte di mandorle, di riso o di soia (è possibile sostituire 1/3 dell'acqua con crema di latte o succo di mela)

Tre varianti per la preparazione:

- a) versare l'acqua bollente sopra e lasciar rinvenire per 5 min
- b) mescolare in acqua fredda, far bollire un attimo e lasciar rinvenire per qualche minuto
- c) mescolare con acqua fredda e lasciare rinvenire per almeno 30 minuti o durante la notte

Conservare in luogo fresco ed asciutto.

A piacere si possono aggiungere miele, succo d'agave, frutta secca, frutta fresca, marmellata, cacao, o ogni altro ingrediente vi suggerisca la fantasia!

Novità! Le ricette a base di BasenZeit!

Hai anche tu una ricetta speciale con i nostri prodotti che vorresti condividere?

Invia una mail con la descrizione dettagliata e una foto del risultato, o, se hai un blog, scopri la nostra proposta di collaborazione!

Valori nutrizionali

	Per 100 g		Per 100 g	% RDA*
Energia	1544 kJ (366 kcal)	Calcio	30,7 mg	3,8%
Grassi totali	7,0 g	Ferro	2,8 mg	20,0%
di cui saturi	1,0 g	Potassio	448,0 mg	22,4%
di cui monoinsaturi	2,7 g	Rame	0,5 mg	50,0%
di cui polinsaturi	3,3 g	Magnesio	159,0 mg	42,4%
Carboidrati	61,0 g	Fosforo	310,0 mg	44,2%
di cui zuccheri	8,6 g	Zinco	2,0 mg	20,0%
Fibra alimentare	5,6 g	Manganese	1,2 mg	60,0%
Proteine	12 g	Selenio	52 µg	43,0%
Sale	<0,01 g			

*Dose Giornaliera Raccomandata. I valori percentuali giornalieri sono basati su una dieta di 2000 calorie. I tuoi valori giornalieri possono essere superiori o inferiori a seconda del fabbisogno calorico.

Organismo di controllo DE-ÖKO-003