

**NATTO** Mit *Bacillus subtilis* fermentierte Sojabohnen

**ZUTATEN** Sojabohnen 99,9 % (Nordamerika) fermentiert mit *Bacillus subtilis*, gefriergetrocknet und gemahlen

**ANWENDUNGSTIPP** Das Nattopulver kann über fertige Speisen gestreut oder in kalte und warme Getränke und Frucht- oder Gemüsecocktails gemixt werden. Passt auch gut in Quark, Joghurt und Eiskreationen oder alle möglichen Saucen und Dips.

**NATTO** Graines de soja fermentées au *Bacillus subtilis*

**INGRÉDIENTS** Graines de soja 99,9 % (Amérique du Nord) fermentées au *Bacillus subtilis*, lyophilisées et moulues

**SUGGESTIONS DE DEGUSTATION** Le natto convient pour saupoudrer des plats juste avant de les servir. Il peut également être mélangé à des boissons chaudes et froides ou bien à des smoothies ou cocktails de fruits ou de légumes. N'hésitez pas à l'employer dans vos créations à base de fromage frais, de yaourt et de crème glacée, ou pour sublimer vos sauces tant chaudes que froides.

**NATTO** Semi di soia fermentati con *Bacillus subtilis*

**INGREDIENTI** Semi di soia 99,9 % (Nord America) fermentati con *Bacillus subtilis*, liofilizzati e macinati

**PREPARAZIONE** La polvere Natto può essere usata per arricchire cibi già pronti o in aggiunta a bevande calde o fredde o spremute di frutta e centrifughe. Può essere amalgamata a quark o ricotta, yogurt e gelati, ma anche a sughi e salse.



**mindestens haltbar bis:** siehe Boden.  
**à consommer de préférence avant le:** voir fond.  
**da consumare preferibilmente entro il:** vedi fondo.

**NATUR  
KRAFT  
WERKE**

fermented food

# NATTO

FERMENTIERTE SOJABOHNEN  
gefriergetrocknet und gemahlen

GRAINES DE SOJA FERMENTÉES  
lyophilisées et moulues

SEMI DI SOIA FERMENTATI  
liofilizzati e macinati

e 150g

Natto ist ein traditionelles japanisches Lebensmittel aus fermentierten Sojabohnen. Gekochte Bohnen werden mit dem Bakterium *Bacillus subtilis* ssp. natto geimpft und bei Raumtemperatur bis zu einen Tag vergoren.

Le natto est un produit traditionnel de la cuisine japonaise, réalisé à partir de graines de soja fermentées. Suite à leur cuisson, les graines sont ensemencées avec la culture *Bacillus subtilis* ssp. Natto. La durée de fermentation à température ambiante ne dépasse pas une journée.

Natto è un prodotto alimentare tradizionale del Giappone fatto con semi di soia fermentati. Dopo l'inoculazione del batterio *Bacillus subtilis* ssp. natto, i semi di soia lessi fermentano a temperatura ambiente fino a un giorno.

Kühl und trocken aufbewahren / Conserver dans un endroit frais et sec / Conservare in luogo fresco e asciutto

Hergestellt in Japan / Produit au Japon / Prodotto in Giappone

Gemahlen und abgepackt in der Schweiz / Moulé et conditionné en Suisse / Macinato e confezionato in Svizzera

**DURCHSCHNITTLLICHE NÄHRWERTE** pro 100 g  
**VALEURS NUTRITIVES MOYENNES** par 100 g  
**VALORI NUTRITIVI MEDI** per 100 g

Energie / énergie / energia	1987 kJ / 478 kcal
Fett / graisse / grassi	28 g
davon gesättigte Fettsäuren / dont acides gras saturés / di cui acidi grassi saturi	3,9 g
Kohlenhydrate / glucides / carboidrati	11,1 g
davon Zucker / dont sucres / di cui zuccheri <sup>1)</sup>	0 g
Ballaststoffe / fibres alimentaires / fibre	19 g
Eiweiss / protéines / proteine	37 g
Salz / sel / sale <sup>2)</sup>	0,02 g
Vitamin / vitamine / vitamina K2	210 µg (280 %*)

<sup>1)</sup> Enthält von Natur aus Zucker / Contient des sucres naturellement présents / Contiene naturalmente zucchero

<sup>2)</sup> Ohne Zusatz von Salz / Sans sel ajouté / Senza aggiunta di sale

\*% der empfohlenen Tagesdosis /  
% de la dose journalière recommandée /  
% della dose giornaliera raccomandata

Naturkraftwerke Biofood AG  
Gibelstrasse 11  
CH-8607 Aathal-Seegräben  
naturkraftwerke.ch | weltkueche.bio

Stefan Heiser  
Mierendorffstrasse 23  
D-10589 Berlin

