



Hergestellt in der Schweiz / Produit en Suisse / Prodotto in Svizzera

Kann Spuren von Sesam und Schalenfrüchten enthalten. / Peut contenir des traces de sésame et de fruits à coque. / Può contenere tracce di sesamo e di frutti a guscio.

Herkunft Hanfsamen / Origine graines de chanvre / Origine semi di canapa:

mindestens haltbar bis / à consommer de préférence avant le / da consumarsi preferibilmente entro il:



CH-BIO-006
EU-Landwirtschaft

TIPP / SUGGESTION / CONSIGLIO D'USO
Hanfsamenmus lässt sich aufs Brot schmieren, in Saucen und Süssspeisen mischen oder auch unter gekochtes Gemüse und Getreide heben. / La purée de graines de chanvre est idéale sur une tartine, se mélange bien aux sauces et entremets sucrés et s'ajoute aux légumes cuits ou aux céréales. / La crema di semi di canapa può essere spalmata sul pane, aggiunta a salse e preparazioni dolci e anche a verdure e cereali cotti.

Naturkraftwerke Biofood AG
Gibelstrasse 11
CH-8607 Aathal-Seegräben
naturkraftwerke.ch
weltkueche.bio
Stefan Heiser
Mierendorffstrasse 23
D-10589 Berlin

**NATUR
KRAFT
WERKE**



HANFSAMENMUS

PURÉE DE GRAINES DE CHANVRE

CREMA DI SEMI DI CANAPA

e 250 g

ZUTATEN / INGRÉDIENTS / INGREDIENTI

100 % geschälte Hanfsamen aus kontrolliert biologischem Anbau / 100 % graines de chanvre décortiquées de l'agriculture biologique contrôlée / 100 % semi di canapa mondati da agricoltura biologica controllata

Bei längerem Stehen setzt sich nusseigenes Öl ab. Dann einfach umrühren, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. / Avec le temps il peut y avoir un dépôt d'huile. Dans ce cas, remuer simplement jusqu'à ce que la consistance désirée soit atteinte. / Se inutilizzata per parecchio tempo, è possibile che parte dell'olio si separi dalla massa cremosa. In tal caso mescolare fino ad ottenere la consistenza desiderata.

Dieses Mus wird in der NKW-Manufaktur in kleinen Chargen sorgfältig mit der Steinmühle gefertigt. / La purée est élaborée dans nos ateliers NKW, par petits lots, sur un moulin à pierre. / La crema viene prodotta con la massima cura nella manifattura NKW, in piccoli lotti, adoperando il mulino in pietra.



INFO ↓ NÄHRWERTE / VALEURS NUTRITIVES / VALORI NUTRITIVI

* % der empfohlenen Tagesdosis / % de la dose journalière recommandée / % della dose giornaliera raccomandata (% NRV)

DURCHSCHNITTliche NÄHRWERTE pro 100 g VALEURS NUTRITIVES MOYENNES par 100 g VALORI NUTRITIVI MEDI per 100 g	
Energie / énergie / energia	2348 kJ / 568 kcal
Fett / matières grasses / grassi	48 g
davon gesättigte Fettsäuren / dont acides gras saturés / di cui acidi grassi saturi	4,3 g
davon einfach ungesättigte Fettsäuren / dont acides gras monoinsaturés / di cui acidi grassi monoinsaturi	5,3 g
davon mehrfach ungesättigte Fettsäuren / dont acides gras polyinsaturés / di cui acidi grassi polinsaturi	37 g
Kohlenhydrate / glucides / carboidrati	3,3 g
davon Zucker / dont sucres / di cui zuccheri	2,4 g
Ballaststoffe / fibres alimentaires / fibre	12 g
Eiweiss / protéines / proteine	25 g
Salz / sel / sale	0,001 g
Vitamin E / vitamine E / vitamina E 5,1 mg (43 %*), Thiamin / thiamine / tiamina 1,7 mg (155 %*), Vitamin B6 / vitamine B6 / vitamina B6 0,7 mg (50 %*), Kalium / potassium / potassio 1200 mg (60 %*), Magnesium / magnésium / magnesio 730 mg (195 %*), Eisen / fer / ferro 13 mg (93 %*)	