



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 / Provenance graines de chanvre / Provenienza semi di canapa:

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



CH-BIO-006
EU-Landwirtschaft

NaturKraftWerke®
Gibelstrasse 11
CH 8607 Aathal-Seegräben
naturkraftwerke.ch
weltkueche.bio
Lager EU: A. Conte
Bichtlingerstrasse 13
DE 88605 Schnerkingen

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 entre-mets 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.

**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 décor-tiquées 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 simple-ment jusqu'à ce que la consistance désirée soit atteinte. / Se inuti-lizzata per parecchio tempo, è possibile che parte del 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/graisse/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 alimentari	12 g
Eiweiss/protéines/proteine	25 g
Salz/sel/sale	0,001 g
Vitamin E / vitamine E / vitamina E 5,1 µg (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 %*)	