



7 640110 516386

mindestens haltbar bis: siehe Deckel / à consommer de préférence avant le: voir couvercle / da consumarsi preferibilmente entro il: vedi coperchio

MEERSALAT FLOCKEN
(*Ulva lactuca*)
aus kontrolliert biologischer Wasserkultur

FLOCONS DE LAITUE DE MER
de l'aquaculture biologique contrôlée

FIOCCHI DI LATTUGA DI MARE da acquacoltura biologica controllata

Mild-würziger Geschmack – als Gewürz und Zutat. / Saveur légèrement relevée – à utiliser comme aromate et ingrédient. / Gusto leggermente piccante – da usare come spezia o verdura.

NATURPRODUKTE & BIOLOGISCHE LEBENSMITTEL

NATURKRAFTWERKE



FLOCKEN
FLOCONS
FIOCCHI



MEER SALAT

LAITUE DE MER

LATTUGA DI MARE

e 50 g

Ulva lactuca gedeiht in den Meeren überall auf der Welt. Die Grünalge wird schonend geerntet, gereinigt, blanchiert und luftgetrocknet.

Die schmackhaften Flocken können überall als spannende Zutat verwendet werden. 2 Teelöffel Meersalat (= ca. 2 g) enthalten durchschnittlich 194 µg Jod (= 129% der empfohlenen Tages dosis).

Ulva lactuca est une algue verte marine de répartition cosmopolite. Soigneusement cueillie et lavée, elle est blanchie et séchée à l'air pour la transformer en flocons. Celles-ci constituent un ingrédient culinaire universel d'un grand intérêt.

En effet, 2 cuillères à café de laitue de mer (= env. 2 g) contiennent en moyenne 194 µg d'iode (129% de l'apport journalier recommandé).

Ulva lactuca è un'alga verde commestibile molto comune. Viene colta con cura, poi sciacquata, sbollentata ed essiccata all'aria. I suoi saporiti fiocchi vantano molteplici usi. 2 cucchiaini di lattuga di mare (ca. 2 g) contengono in media 194 µg di iodio (pari al 129% della dose giornaliera raccomandata).

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

Abgepackt in der Schweiz
Conditionné en Suisse
Confezionato in Svizzera

Naturkraftwerke
Gibelstrasse 11
CH 8607 Aathal-Seegräben
Lager EU: Antonius Conte
Bichtlingerstr. 13
DE 88605 Schnerkingen

NATURKRAFTWERKE.CH
WELTKUECHE.BIO



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

Energie / énergie / energia	840 kJ 202 kcal
Fett / graisse / grassi	1,8 g
davon gesättigte Fettsäuren / dont acides gras saturés / di cui acidi grassi saturi	0,5 g
Kohlenhydrate / glucides / carboidrati	12,7 g
davon Zucker / dont sucres / di cui zuccheri	0,4 g
Ballaststoffe / fibres alimentaires / fibre	35 g
Eiweiss / protéines / proteine	16,3 g
Salz / sel / sale	2,0 g
Vitamin / vitamine / vitamina B12	10,7 µg (428%*)
Calcium / calcium / calcio	1190 mg (149%*)
Magnesium / magnésium / magnesio	2850 mg (760%)
Eisen / fer / ferro	79 mg (564%*)
Jod / lode / iodio	9700 µg (6467%*)

*% NRV = Nutrient Reference Value | Nährstoffbezugswert
| Valeur nutritionnelle de référence | Valore nutritivo di riferimento

Herkunft Meersalat: siehe Deckel
Provenance laitue de mer: voir couvercle
Provenienza lattuga di mare: vedi coperchio

