

INFO  
NÄHR  
WERT

Kühl und lichtgeschützt lagern / Conserver dans un endroit frais à l'abri de la lumière / Conservare in luogo fresco al riparo dalla luce

Nach dem Öffnen im Kühlschrank aufbewahren / A conserver au réfrigérateur après ouverture / Dopo l'apertura conservare in frigo

Hergestellt in Japan / Produit au Japon / Prodotto in Giappone

Abgefüllt in der Schweiz / Confezionato in Svizzera / Conditionné en Suisse

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

**KLASSISCHE UMEBOSHI**, hergestellt mit japanischen Ume-Pflaumen, die einen Monat in Meersalz gepickelt, anschliessen an der Sonne getrocknet und dann nochmals in Shiso-Lake eingelegt werden. Sauer-salzig und erfrischend. / **UMEBOSHIS CLASSIQUES**, élaborées à partir de prunes d'ume japonaises que l'on fait macérer dans du sel marin pendant un mois, pour ensuite les sécher au soleil et, enfin, les laisser infuser dans une saumure aux feuilles de shiso. Goût rafraichissant, à la fois salé et acide. / **UMEBOSHI TRADIZIONALE** ottenuto da prugne Ume giapponesi lasciate fermentare in sale marino per un mese, quindi essiccate al sole e poi messe in salamoia con foglie di shiso. Gusto rinfrescante, acido e acido al tempo stesso.



CH-BIO-006  
Japan-  
Landwirtschaft

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

Lager EU: Antonius Conte  
Bichtlingerstrasse 13  
DE 88605 Schnerkingen

**NATUR  
KRAFT  
WERKE**



fermented food

# UMEBOSHI

FERMENTIERTE UME-PFLAUMEN MIT SHISO-BLÄTTERN  
PRUNES D'UME FERMENTÉES AVEC FEUILLES DE SHISO  
PRUGNE DI UME FERMENTATE CON FOGLIE DI SHISO

e 200g

**ZUTATEN / INGRÉDIENTS / INGREDIENTI**  
**Ume-Pflaume\***, Meersalz, Shiso-Blätter\*, \*aus kontrolliert biologischem Anbau  
**Prunes d'Ume\***, sel marin, feuilles de shiso\*, \*de l'agriculture biologique contrôlée  
**Prugne Ume\***, sale marino, foglie di shiso\*, \*da agricoltura biologica controllata

**NON PASTEURIZED**

*From Japan*

**vegan**

INFO ↓ NÄHRWERTE / VALEURS NUTRITIVES / VALORI NUTRITIVI

**SAUER-SALZIGER GESCHMACK.** Für eine saure und erfrischende Note. Zum pur verzehren, zum Würzen, als Zutat oder als Beilage z.B. zu Reis, Nudeln oder Salat....

**SAVEUR SALÉ-ACIDE** donnant une note fraîche et acidulée. A consommer tel quel, en assaisonnement, comme ingrédient ou accompagnement pour du riz, des pâtes, de la salade...

**GUSTO ACIDO E SALATO**, che conferisce una nota di freschezza acidula. Da consumare tal quale, come condimento, come ingrediente singolo o in combinazione con riso, pasta, insalata ecc.

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

Energie / énergie / energia	185 kJ / 44 kcal
Fett / graisse / grassi	0,2 g
davon gesättigte Fettsäuren / dont acides gras saturés / di cui acidi grassi saturi	0 g
Kohlenhydrate / glucides / carboidrati	8,5 g
davon Zucker 1) / dont sucres 1) / di cui zuccheri 1)	5,9 g
Ballaststoffe / fibres alimentaires / fibre alimentari	2,6 g
Eiweiss / protéines / proteine	0,7 g
Salz / sel / sale	19,2 g