

Spezifikation

Kichererbsen CH



Artikelnummer / Einheit Liefereinheit

12211 (5 kg) / 12213 (350 g)
Gemäss Bestellung Kunde

Beschreibung

Kichererbsen gehören zu der Familie der Hülsenfrüchten und sind besonders reich an wertvollen Proteinen. Sie enthalten zudem viele Ballaststoffe, wenig Fett sowie Mineralstoffe. Die Kichererbse wird den Hülsenfrüchten zugeordnet. Hülsenfrüchte sind besonders wertvoll für unsere Ernährung. Sie lassen sich kochen, rösten, keimen oder zu Mehl verarbeiten. Bei der Zubereitung der Gerichte ist allerdings Geduld gefragt: auch nach vorherigem Einweichen beträgt ihre Garzeit bis zu einer Stunde. Sie lassen sich vielseitig für Salate, Eintöpfe, Pürees, Gratins und Falafel. Zu feinem Mehl gemahlen ergeben sie zudem würzige Fladenbrote.

Zusammensetzung und Herkunft

Kichererbsen (CH), aus biologischer Landwirtschaft.

Hinweise

Das Produkt kann trotz sorgfältiger Verarbeitung Steine und Schalenteile enthalten. Salz, sowie säurehaltige Zutaten (Zitronensaft, Essig, Weisswein, etc.) erst nach dem Kochen beifügen.

Status

Bio Knospe CH
keimfähig
vegan

Herstellverfahren

Unsere CH-Knospe Kichererbsen werden ausschliesslich in der Schweiz von unseren Produzenten angebaut. Sind die Kichererbsen reif, werden Sie maschinell geerntet. Das Erntegut besteht aus einer Mischung von Getreidekörnern bzw. Hülsenfrüchten, die in einem technisch aufwendigen Verfahren getrennt werden müssen. Die Kichererbsen werden getrocknet und vorgereinigt. Eine erneute Reinigung ist danach nötig: Denn trotz aller Sorgfalt kann es in den Bohnen noch Steinchen oder Getreidekörnern enthalten.

Zubereitung / Verwendung

Kichererbsen mit fließendem, kaltem Wasser spülen, und über Nacht einweichen. Am nächsten Tag die Kichererbsen gut abspülen und mit frischem Wasser zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 60 min nicht zu weich garen. Salz, sowie säurehaltige Zutaten (Zitronensaft, Essig, Weisswein, etc.) erst nach dem Kochen beifügen. Verhältnis Kichererbsen / Wasser 1:3, Kochzeit ca. 60 min. Je nach Rezept Nachquellen lassen.

Kochtabelle

Einweichen h	ca. 8 h
Verhältnis	ca. 1:3
Kochzeit min.	ca. 60 min.

Allergene

Gluten	Kann
Soja	Kann
Allergikerinfo	Kann Gluten und Soja enthalten.

Nährwerte 100gr./100ml

Energie (Kilojoule)	1'410 kJ
Energie (Kilokalorien)	336 kcal
Fett	5.9 g
gesättigte Fettsäuren	0.6 g
Kohlenhydrate	45 g
Davon Zucker	2.4 g
Nahrungsfasern / Ballaststoffe	15.5 g
Mineralstoffe	2.9 g
Eiweiss (Protein)	19 g
Salz	0.06 g
Quelle	Recherche Biofarm

Beschreibung / Sensorik

Aussehen, Farbe	Runde, hellgelbe Kichererbsen
Konsistenz	fest
Geruch	arttypisch
Geschmack	Aromatisch, erdig-nussig
Reinheitsgrad	artenrein

Fremdbesatz

<0.3% verarbeitungsbedingter Fremdbesatz und Schalenreste, staubfrei.

Fremdkörper

Wir unternehmen die notwendigen Sicherheitsvorkehrungen, damit das Produkt frei von Fremdkörpern wie Metall, Glas, Holz und Plastik ist.

Lagerbedingungen

Lagerbedingung	Bei Raumtemperatur (15 – 22° C) trocken (<60% rel. Feuchte) lagern.
Lagerhaltung	Kühl und trocken lagern.
Mindehaltbarkeitsdatum ab Produktion	540 Tage
Bezeichnung Warenlos	Jedes Gebinde ist mit einer Warenlosnummer gekennzeichnet.

Allgemeine Anforderungen

Gesetzliche Bestimmungen	Dieses Produkt und die Verpackung entsprechen der schweizerischen Lebensmittelgesetzgebung.
Richtlinien BIO Suisse	Das Produkt entspricht der Bio-Verordnung. Bei Knospe Produkten: Das Produkt entspricht den Bio-Suisse Richtlinien "Richtlinien für die Erzeugung, Verarbeitung und den Handel von Knospe-Produkten".
GVO	Es werden weder in der Produktion (Saatgut) noch in der Verarbeitung gentechnologische Erzeugnisse (gemäss Verordnung des EDI über gentechnische veränderte Lebensmittel VGVL) eingesetzt.
Rückstellmuster	Ein Rückstellmuster des entsprechenden Warenloses ist beim Hersteller bis zum Ablauf der Mindesthaltbarkeit hinterlegt.
Zertifizierung Biofarm	ISO 22'000:2018 Bio-Zertifizierung CH-Bio-006

Kontakt

Biofarm-Genossenschaft Beim Bahnhof 4936 Kleindietwil Tel. 062 957 80 50 www.biofarm.ch info@biofarm.ch	Qualitätssicherung Christian Jeremias Tel. 062 957 80 64 jeremias@biofarm.ch
--	---