



SEITAN GOURMET ORIGINAL

Von Seitan gourmet original



Beschreibung

Die Qualität der Zutaten, ein meisterhafter handwerklicher Produktionsprozess, der die Umwelt mit Respekt behandelt, und das langsame Garen in einer Suppe mit Sojasoße, Ingwer und Meeresalgen...dies sind nur einige Faktoren, die den unvergleichlichen Geschmack der Seitan Gourmet-Produkte erklären. Seitan ist reich an pflanzlichen Proteinen höchster Qualität (essentielle Aminosäuren) sowie an Mineralien und Spurenelementen. Er enthält kein Cholesterin und nur wenig Fett. Von allen pflanzlichen Proteinquellen ist Seitan dem Fleisch vom Biss her am ähnlichsten. Seitan wurde bereits vor langer Zeit von den Mönchen der Zen-Klöster erfunden. Als ersten Schritt bei der Seitanherstellung muss man die Weizenproteine (das Gluten) aus dem ganzen Weizenkorn heraus ziehen, also von Kleie und Stärkemehl abtrennen. Anschließend knetet man die Masse, bis man eine Paste erhält, die in einer Suppe mit viel Sojasoße und diversen Gewürzen gekocht wird.

Verwendung

Seitan ist ein perfekter Ersatz für Fleisch sowohl in Pfannengerichten als auch für Hackfleisch. Man kann ihn auch dämpfen oder fritieren, in Scheiben oder Würfel schneiden - Ihrer Phantasie sind hier keine Grenzen gesetzt.

Zutaten

Wasser, GLUTEN auswaschen aus WEIZENmehl*, Shoyu* (SOJA*, WEIZEN*, Wasser, A.Oryzae), Ingwer*, Meeresalge: Kombu.

*aus kontrolliert ökologischem Anbau

Verpackung

250 g.

Produkt aus kontrollierten ökologischen Anbau

100 % der Zutaten aus landwirtschaftlicher Herkunft.



AB



VEGAN



EIWEISSQUELLE



NO ADDED SUGARS



ARM AN GESÄTTIGTEN

FETTSÄUREN

Nährwertanalyse

Durchschnittliche Nährwerte pro

	g/100g	portion 100g	%RI	RI
Energie	460 kJ	460 kJ		
	109 kcal	109 kcal	5.00	2000 kcal
Fett	1,5 g	1,5 g	2.00	70 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,2 g	0 g	1.00	20 g
davon einfach ungesättigte Fettsäuren				
davon mehrfach ungesättigte Fettsäuren				
Kohlenhydrate	6,0 g	6,0 g	2.00	260 g
davon Zucker	0 g	0 g	0.00	90 g
Faser	0,6 g	0,6 g		
Eiweiß	18 g	18 g	35.00	50 g
Salz	1,0 g	1,0 g	17.00	6 g

RI: Referenzmenge für einen durchschnittlichen Erwachsenen (8 400 kJ/2 000 kcal)

Infos Allergene

Zutaten

Wasser, GLUTEN auswaschen aus WEIZENmehl*, Shoyu* (SOJA*, WEIZEN*,Wasser, A.Oryzae), Ingwer*, Meeresalge: Kombu.

* = aus kontrolliert ökologischem Anbau

Allergene in diesem Produkt:

Gluten, Weizen & Soja Soßen