



## BARLEY MISO (MISO, GERSTE & SOJA)

### Von Barley miso (miso, gerste & soja)



#### Beschreibung

Miso ist eine fermentierte Sojabohnenpaste, die im Fernen Osten für mehr als 1300 Jahren verwendet wird, um Gerichte nach Geschmack zu bringen, und ist für seine qualitativ hochwertigen Protein bekannt. Mild Barley Miso ist eine dunkle Gersten Miso, von Soja und Gerste, mit Meersalz. Es erfährt eine herkömmliche Fermentation von 12 bis 20 Monaten. Die natürliche Milde der Gerste bestimmt den Geschmack. Es ist die beliebteste Miso in Japan: denn es ist milder im Geschmack als die Hatcho Miso, wird sie täglich benutzt. Mild Barley Miso ist reich an hochwertigem Eiweiß.

#### Verwendung

Miso fügt Geschmack für alle Arten von Gerichten: Suppen, Saucen, Brotaufstriche, Gemüsegerichte, gekochte Hülsenfrüchte oder Getreide. Verwenden Sie die Miso ist heiß oder kalt. Nehmen Sie eine kleine Schüssel mit ein wenig Miso und ein wenig Wasser oder Brühe. Mischen Sie während Zerkleinern und fügen Sie zu Ihrem Gericht der Wahl. In warmen Gerichten, fügen Sie die Miso am Ende der Kochzeit.

#### Zutaten

SOJAbohnen\*, GERSTE\*, Wasser, Meersalz, A. Oryzae.  
\*aus kontrolliert ökologischem Anbau

#### Verpackung

345 g.

#### Produkt aus kontrollierten ökologischen Anbau

100 % der Zutaten aus landwirtschaftlicher Herkunft.



AB



VEGAN



EIWEISSQUELLE



NO ADDED SUGARS

# Nährwertanalyse

## Durchschnittliche Nährwerte pro

	g/100g	portion 5g	%RI	RI
<b>Energie</b>	742 kJ	37 kJ		
	176 kcal	8.8 kcal	0.00	2000 kcal
<b>Fett</b>	4.9 g	0 g	0.00	70 g
davon gesättigte Fettsäuren	2.5 g	0 g	1.00	20 g
davon einfach ungesättigte Fettsäuren				
davon mehrfach ungesättigte Fettsäuren				
<b>Kohlenhydrate</b>	21 g	1.0 g	0.00	260 g
davon Zucker	18 g	0.9 g	1.00	90 g
<b>Faser</b>	1.9 g	0 g		
<b>Eiweiß</b>	11 g	0.6 g	1.00	50 g
<b>Salz</b>	12.0 g	0.6 g	10.00	6 g

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

## Infos Allergene

### Zutaten

SOJAbohnen\*, GERSTE\*, Wasser, Meersalz, A. Oryzae.

\* = aus kontrolliert ökologischem Anbau

### Allergene in diesem Produkt:

Gluten, Gerste & Soja Soßen