



## GOMASIO ORIGINAL

### Over Gomasio original

#### Beschrijving

Gomasio - 'goma' is het Japanse woord voor 'sesam' en 'sio' is het Japanse woord voor 'zout' - is een mengeling van sesamzaden en ongeraffineerd zeezout (5%). De ongeraffineerde sesamzaadjes worden eerst apart lichtjes geroosterd en daarna samen met het zeezout fijngemalen. Elk zoutkorreltje wordt op die manier omhuld met de olie van de gemalen sesamzaadjes. Een gezonde manier om uw voeding op smaak te brengen, met veel minder sodium dan bij zuiver zout. Gomasio heeft een hoog gehalte aan Fosfor, Calcium, Magnesium en Ijzer. Magnesium en Calcium dragen bij tot de instandhouding van normale botten. Door de combinatie van sesam (zeer rijk aan Calcium) en zeezout (rijk aan Magnesium) is gomasio een waardevolle specerij.

#### Gebruik

Deze specerij heeft een delicate smaak. Het is een soort 'zout' dat uw gerechten niet alleen zout maakt: het voegt er ook de discrete smaak van sesam aan toe. Gomasio wordt ook gewaardeerd bij warme gerechten, graanproducten, soepen en groenten, en als versiering voor slaatjes en rauwkost.

#### Ingrediënten

SESAM\* 94,5%, zeezout 5,5%.

\*van biologische teelt

#### Verpakking

100 g, 225 g.

#### Product van biologische teelt

100% van de agrarische ingrediënten zijn van biologisch teelt



AB



VEGAN



GLUTENVRIJ



BRON VAN EIWITTEN



BRON VAN VEZELS



ZONDER TOEGEVOEGDE

SUIKERS

## Nutritionele analyse

### Gemiddelde voedingswaarde per

	g/100g	portion 10g	%RI	RI
<b>Energie</b>	2297 kJ	230 kJ		
	555 kcal	56 kcal	3.00	2000 kcal
<b>Vet</b>	47 g	4,7 g	7.00	70 g
waarvan verzadigde vetzuren	6,5 g	0,7 g	3.00	20 g
waarvan enkelvoudig onverzadigde vetzuren	19,6 g	2,0 g		
waarvan meervoudig onverzadigde vetzuren	21 g	2,1 g		
<b>Koolhydraten</b>	9,5 g	1,0 g	0.00	260 g
waarvan suikers	0 g	0 g	0.00	90 g
<b>Vezels</b>	11 g	1,1 g		
<b>Eiwitten</b>	19 g	1,9 g	4.00	50 g
<b>Zout</b>	8,0 g	0,8 g	13.00	6 g

RI: Referentie-inname van een gemiddelde volwassene (8 400 kJ/2 000 kcal)

## Allergeneninformatie

### **Ingrediënten**

SESAM\* 94,5%, zeezout 5,5%.

\* = van biologische teelt

### **Aanwezige allergenen in dit product**

Sesam

### **Product kan sporen bevatten van:**

Noten, Hazelnoten, Amandelen & Pinda's