



Hergestellt in der Schweiz / Produit en Suisse / Prodotto in Svizzera

Kann Spuren von Sesam und Schalenfrüchten enthalten. / Peut contenir des traces de sésame et de fruits à coque. / Può contenere tracce di sesamo e di frutti a guscio.

Herkunft Sonnenblumenkerne / Provenance graines de tournesol / Provenienza semi di girasole:

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



7 640110 518397



CH-BIO-006
EU-Landwirtschaft

TIPP / SUGGESTION / CONSIGLIO D'USO
Sonnenblumenkernemus lässt sich aufs Brot schmieren, in Saucen und Süssspeisen mischen oder auch unter gekochtes Gemüse und Getreide heben. / La purée de graines de tournesol est idéale sur une tartine, se mélange bien aux sauces et entremets sucrés et s'ajoute aux légumes cuits ou aux céréales. / La crema di semi di girasole può essere spalmata sul pane, aggiunta a salse e preparazioni dolci e anche a verdure e cereali cotti.

NaturKraftWerke®
Gibelstrasse 11
CH 8607 Aathal-Seegräben
naturkraftwerke.ch
weltkueche.bio
Lager EU: A. Conte
Bichtlingerstrasse 13
DE 88605 Schnerkingen



**NATUR
KRAFT
WERKE**

SONNENBLUMEN KERNMUS

PURÉE DE GRAINES DE TOURNESOL CREMA DI SEMI DI GIRASOLE

e 250 g

ZUTATEN / INGRÉDIENTS / INGREDIENTI

100% Sonnenblumenkerne aus kontrolliertem Demeter-Anbau /
100% graines de tournesol de l'agriculture Demeter contrôlée /
100% semi di girasole da agricoltura Demeter controllata

Bei längerem Stehen setzt sich Öl ab. Dann einfach umrühren bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. / Avec le temps il peut y avoir un dépôt d'huile. Dans ce cas, remuer simplement jusqu'à ce que la consistance désirée soit atteinte. / Se inutilizzata per parecchio tempo, è possibile che parte del olio si separi dalla massa cremosa. In tal caso mescolare fino ad ottenere la consistenza desiderata.

Dieses Mus wird in der NKW-Manufaktur in kleinen Chargen sorgfältig mit der Steinmühle gefertigt. / La purée est élaborée dans nos ateliers NKW, par petits lots, sur un moulin à pierre. / La crema viene prodotta con la massima cura nella manifattura NKW, in piccoli lotti, adoperando il mulino in pietra.



INFO ↓ NÄHRWERTE / VALEURS NUTRITIVES / VALORI NUTRITIVI

* % der empfohlenen Tagesdosis / % de la dose journalière recommandée / % della dose giornaliera raccomandata (% NRV)

DURCHSCHNITTliche NÄHRWERTE pro 100 g VALEURS NUTRITIVES MOYENNES par 100 g VALORI NUTRITIVI MEDI per 100 g	
Energie / énergie / energia	2526 kJ / 610 kcal
Fett / graisse / grassi	49 g
davon gesättigte Fettsäuren / dont acides gras saturés / di cui acidi grassi saturi	5,3 g
davon einfach ungesättigte Fettsäuren / dont acides gras monoinsaturés / di cui acidi grassi monoinsaturi	13,5 g
davon mehrfach ungesättigte Fettsäuren / dont acides gras polyinsaturés / di cui acidi grassi polinsaturi	30 g
Kohlenhydrate / glucides / carboidrati	12 g
davon Zucker / dont sucres / di cui zuccheri	1,3 g
Ballaststoffe / fibres alimentaires / fibre alimentari	6,3 g
Eiweiss / protéines / proteine	27 g
Salz / sel / sale	0,01 g
Vitamin E / vitamine E / vitamina E 46 mg (383 %*), Thiamin / thiamine / tiamina 1,9 mg (173 %*), Vitamin B6 / vitamine B6 / vitamina B6 0,77 mg (55 %*), Folsäure / acide folique / acido folico 227 µg (114 %*), Magnesium / magnésium / magnesio 387 mg (103 %*), Eisen / fer / ferro 6,4 mg (46 %*)	