

Himbeeren, tiefgekühlt

Kennzeichnung: Nach dem Auftauen nicht wieder einfrieren!

Aufbewahrung: Hinweise für die Aufbewahrung zu Hause: entweder sofort zubereiten oder bei -18 °C mindestens haltbar bis Ende: siehe Aufdruck Gekühlt lagern und innerhalb von 24 Stunden verwenden!

Zutaten: Zutaten: Himbeeren.

Alkoholgehalt:

Portionen: 2

Nährwertanspruch: Nährwerte unterliegen den bei Naturprodukten üblichen Schwankungen.

Verwendungs
hinweis: Nach dem Auftauen nicht wieder einfrieren!

Zubereitung &
Anweisung: Sieden - Zubereitung der Speise in kochendem Wasser Bei Schwangerschaft oder geschwächtem Immunsystem empfehlen wir eine Hitzebehandlung der Himbeeren. Dazu die Beeren eine Minute lang in kochendes Wasser legen und anschließend in kaltem Wasser abkühlen.„Auftauen des Produktes zur Raumtemperatur oder einem noch gekühlten Zustand Bei Zimmertemperatur: iglo Himbeeren auf einen Teller legen.Bei Zimmertemperatur 1,5 bis 2 Stunden auftauen.„Zubereitung unter Benutzung von Mikrowellen In der Mikrowelle: iglo Himbeeren in ein mikrowellengeeignetes Geschirr geben. Ca. 6 Minuten nicht zugedeckt auf Defrost-Stufe auftauen.

Abmessungen: Bruttogewicht 271.00 Gramm,Nettogehalt 250.00 Gramm

Kontakt: Name: Iglo Austria; Adresse: Marchfelder Str. 2 2301 Groß-Enzersdorf; Webseite: www.iglo.at; Telefon: 0810 300 407

Allergene:

Attribute: Labelinformationen Umwelt und Verpackung GREEN_DOT GREEN DOT - ARA (Verpackungskennzeichen)

Nährwerte pro 100 Gramm Unzubereitet

Haushaltsportion

NAEHRSTOFF

		Wert	Einheit	Tages %
Energie	Ungefährer Wert (-)	152	Kilojoule	
Energie	Ungefährer Wert (-)	37	Kilokalorie	
Fett	Ungefährer Wert (-)	0.3	Gramm	
davon gesättigte Fettsäuren	Kleiner als (<) - zu klein für genaue Messung (Regel: <0.5)	0.1	Gramm	
Kohlenhydrate	Ungefährer Wert (-)	4.8	Gramm	
davon Zucker	Ungefährer Wert (-)	4.8	Gramm	
Ballaststoffe	Ungefährer Wert (-)	4.7	Gramm	
Eiweiß	Ungefährer Wert (-)	1.3	Gramm	
Salz	Kleiner als (<) - zu klein für genaue Messung (Regel: <0.5)	0.01	Gramm	
Vitamin C	Ungefährer Wert (-)	16	Milligramm	20,00 %

Himbeeren, tiefgekühlt

Nährwerte pro 1 Portion Unzubereitet

Haushaltsportion	pro Portion (=125g)		Wert	Einheit	Tages %
NAEHRSTOFF					
Energie		Ungefährer Wert (-)	191	Kilojoule	2,00 %
Energie		Ungefährer Wert (-)	46	Kilokalorie	2,00 %
Fett		Ungefährer Wert (-)	0.4	Gramm	
davon gesättigte Fettsäuren		Kleiner als (<) - zu klein für genaue Messung (Regel: <0.5)	0.1	Gramm	
Kohlenhydrate		Ungefährer Wert (-)	6	Gramm	
davon Zucker		Ungefährer Wert (-)	6	Gramm	
Ballaststoffe		Ungefährer Wert (-)	5.9	Gramm	
Eiweiß		Ungefährer Wert (-)	1.6	Gramm	
Salz		Kleiner als (<) - zu klein für genaue Messung (Regel: <0.5)	0.01	Gramm	
Vitamin C		Ungefährer Wert (-)	20	Milligramm	25,00 %