



EF Weißkohl-Flocken

Inhalt: / Content: 220 g

EF BASICS Weisskohlflocken (220g)
EF BASICS White cabbage flakes (220g)

Nährwerte pro 100 g Trockenprodukt: / Nutritional values per 100 g dry product:

| | |
|--|--------------------|
| Energie / calories | 1256 kJ / 300 kcal |
| Fett / fat | 1.9 g |
| – davon gesättigte Fettsäuren / – of which saturates | 0.3 g |
| Kohlenhydrate / carbohydrates | 41.8 g |
| – davon Zucker / – of which sugars | 41.5 g |
| Eiweiß / protein | 13.8 g |
| Salz / salt | 0.3 g |

Zutaten:

Weisskohl

Ingredients:

White cabbage

Zubereitung:

Gewünschte Menge mit heißem Wasser übergießen und ca. 25 min ziehen lassen. Danach überschüssiges Wasser abschütten. Fertig

Preparation:

Pour hot water over the desired amount and leave to infuse for approx. 25 min. Then pour off excess water. Ready

Art-Nr. / PN:

EFB-WK-220

EAN:

5060428435025

Lagerung:

Kühl und trocken lagern

Storage:

Store in a cool and dry place

MHD ab Herstellung: / BBD from production:

13 Jahre / years