



PENNE FARRO, LENTICCHIE E QUINOA

spelt, lentils and quinoa
dinkel, linsen und quinoa



PENNE FARRO, LENTICCHIE E QUINOA

spelt, lentils and quinoa
dinkel, linsen und quinoa

VALORI NUTRIZIONALI MEDI PER 100g / AVERAGE NUTRITIONAL VALUES PER 100g / DURCHSCHNITTLICHE NÄHRWERTE JE 100g

Energia / energy / Energie	1496 kJ/353 kcal
Grassi / fat / Fett	2,8 g
Di cui acidi grassi saturi / of which saturates / Davon gesättigte fettsäuren	0,6 g
Carboidrati / carbohydrate / Kohlenhydrate	62 g
Di cui zuccheri / of which sugars / Davon Zucker	2,4 g
Fibre / fibre / Ballaststoffe	4,1 g
Proteine / protein / Eiweiss	18 g
Sale / salt / Salz	0,08 g

VANTAGGI DELLE PENNE

La sostituzione nella dieta dei grassi saturi con grassi insaturi contribuisce al mantenimento di livelli normali di colesterolo nel sangue.
Le proteine contribuiscono alla crescita e al mantenimento della massa muscolare.

BENEFITS OF PENNE

Replacing saturated fats in your diet with unsaturated fats contributes towards maintaining normal blood cholesterol levels.
Proteins contribute to the growth and maintenance of muscle mass.

POSITIVE EIGENSCHAFTEN DER PENNE

Der Ersatz gesättigter Fettsäuren durch ungesättigte Fettsäuren trägt zur Aufrechterhaltung eines normalen Cholesterinspiegels im Blut bei.
Proteine tragen zur Aufrechterhaltung und Erhöhung der Muskelmasse bei.

BASSO CONTENUTO DI GRASSI E GRASSI SATURI

Low fat and saturated fat content

FONTI DI FIBRE

Source of fibre

ALTO CONTENUTO DI PROTEINE

High protein content

Il prodotto va utilizzato nell'ambito di una dieta variata ed equilibrata e uno stile di vita sano / The product should be used as part of a varied and balanced diet and lifestyle / Das Produkt sollte im Rahmen einer gesunden, abwechslungsreichen und ausgewogenen Ernährung verwendet werden

Specialità alimentare biologica a base di farro con lenticchie e quinoa / organic food product with spelt, lentils and quinoa / biologisches lebensmittelprodukt aus dinkel, linsen und quinoa.

Ingredienti: farina di grano farro* 70%, farina di lenticchie* 20%, farina di quinoa* 5%, proteine isolate dei piselli* 5%.

Ingredients: spelt wheat flour* 70%, lentil flour* 20%, quinoa flour* 5%, isolated pea protein* 5%.

Zutaten: Dinkelweizenmehl* 70%, Linsenmehl* 20%, Quinoamehl* 5%, Erbsenproteinisolate* 5%.

*da agricoltura biologica / *from organic farming / *aus Ökologischer Landbau.



Fill a pan with hot water, bring to the boil and add salt to taste.

Then, put the penne in the pan and cook for 8 min.

Einen Kochtopf mit warmem Wasser befüllen, zum Kochen bringen und salzen.

Die Penne hineingeben und 8 Minuten lang kochen

CODICE OPERATORE

IT BIO 006 E3042

N. 574 del 15/11/2017

500g e
(NET WT 17.6 OZ)

Allergeni presenti / allergens / enthaltene allergene:
contiene farro / contains spelt / enthält dinkel

