



## «Komplettlösung BASIS»



Langzeitnahrung «Familien Angebot Classic» + Technik-Paket + Trinkwasser-Paket

### «Familien-Angebot Classic»

#### Fam. Angebot Classic 1 von 4

- 1 Dose Dinkelflocken 900g
- 1 Dose Gemüse Mischung 400g
- 1 Dose Hörnchennudeln 900g
- 1 Dose Kartoffelpüree 750g
- 1 Dose Kichererbsen 800g
- 1 Dose Risotto-Reis 1600g
- 1 Dose Rote Linsen 1100g
- 1 Dose Schwarze Bohnen 800g
- 1 Dose UrDinkel-Halbweissmehl 1000g
- 1 Dose Vollmilchpulver 900g
- 2 x 495g NR-72 Notration
- **1 Dose Braune Sauce 600g**

#### Fam. Angebot Classic 2 von 4

- 1 Dose Dinkelflocken 900g
- 1 Dose Gemüse Mischung 400g
- 1 Dose Hörnchennudeln 900g
- 1 Dose Kartoffelpüree 750g
- 1 Dose Kichererbsen 800g
- 1 Dose Risotto-Reis 1600g
- 1 Dose Rote Linsen 1100g
- 1 Dose Schwarze Bohnen 800g
- 1 Dose UrDinkel-Halbweissmehl 1000g
- 1 Dose Vollmilchpulver 900g
- 2 x 495g NR-72 Notration
- **1 Dose Gemüsebouillon 1000g**

#### Fam. Angebot Classic 3 von 4

- 1 Dose Dinkelflocken 900g
- 1 Dose Gemüse Mischung 400g
- 1 Dose Hörnchennudeln 900g
- 1 Dose Kartoffelpüree 750g
- 1 Dose Kichererbsen 800g
- 1 Dose Risotto-Reis 1600g
- 1 Dose Rote Linsen 1100g
- 1 Dose Schwarze Bohnen 800g
- 1 Dose UrDinkel-Halbweissmehl 1000g
- 1 Dose Vollmilchpulver 900g
- 2 x 495g NR-72 Notration
- **1 Dose Volleipulver 800g**

#### Fam. Angebot Classic 4 von 4

- 1 Dose Dinkelflocken 900g
- 1 Dose Gemüse Mischung 400g
- 1 Dose Hörnchennudeln 900g
- 1 Dose Kartoffelpüree 750g
- 1 Dose Kichererbsen 800g
- 1 Dose Risotto-Reis 1600g
- 1 Dose Rote Linsen 1100g
- 1 Dose Schwarze Bohnen 800g
- 1 Dose UrDinkel-Halbweissmehl 1000g
- 1 Dose Vollmilchpulver 900g
- 2 x 495g NR-72 Notration
- **2 x 495g NR-72 Notration (zusätzlich)**



## Inhalt und Anwendungshinweise der Produkte «Komplettlösung BASIS»

### **4 Dosen Dinkelflocken à 900g – 3600g (11772 kcal)**

Hervorragend für Müsli, Porridge oder Suppe

### **4 Dosen Gemüsemischung à 400g – 1600g (4912 kcal)**

Einweichen oder in ein Gericht einstreuen und ziehen lassen

### **4 Dosen Hörnchennudeln à 900g – 3600g (12744 kcal)**

8 - 10 Minuten kochen lassen

### **4 Dosen Kartoffelpüree à 750g – 3000g (ergibt 120 Portionen, 10740 kcal)**

(4-5 Portionen): 5dl Wasser mit 4g Salz aufkochen / 2.5dl Milch zugeben/110g Instant Püree einrühren, quellen lassen. (Zubereitung auch ohne Milch, oder mit laktosefreier Milch möglich)

### **4 Dosen Kichererbsen vorgekocht à 800g – 3200g (10752 kcal)**

In kaltem Wasser kurz einweichen oder in ein Gericht einstreuen und kurz ziehen lassen.

### **4 Dosen Risotto-Reis à 1600g – 6400g (22016 kcal)**

14-16 Minuten köcheln lassen

### **4 Dosen Rote Linsen vorgekocht à 1100g – 4400g (14872 kcal)**

In kaltem Wasser kurz einweichen oder in ein Gericht einstreuen und kurz ziehen lassen

### **4 Dosen Schwarze Bohnen vorgekocht à 800g – 3200g (12160 kcal)**

In kaltem Wasser kurz einweichen oder in ein Gericht einstreuen und kurz ziehen lassen

### **4 Dosen UrDinkel-Halbweissmehl à 1000g – 4000g (13840 kcal)**

Sehr gut geeignet zum Herstellen von leckeren Mehlspeisen:  
Brot/ Teigwaren/ Crêpes/ Saucen/ Suppen/ Biskuits/ Teige

### **4 Dosen Vollmilchpulver à 900g – 3600g (ergibt 28,8 Liter, 17784 kcal)**

33g Pulver in 250ml Wasser einrühren

**1 Dose Braune Sauce vegan, 600g (1866 kcal)**

60g Pulver / pro Liter Wasser

Benötigte Menge unter kräftigem Rühren mit dem Schneebesen in heisses Wasser einrühren, unter gelegentlichem Umrühren 3-5 Minuten leicht kochen lassen.

**1 Dose Gemüsebouillon, 1000g (1980 kcal)**

20g Pulver/pro Liter Wasser

Benötigte Menge in kochendem Wasser auflösen und umrühren.

**1 Dose Volleipulver, 800g (55-60 Eier, 4560 kcal)**

1 Teil/Pulver auf 3 Teile/Wasser

**10 Rationen NR-72 à je 495g (20000 kcal)**

Entweder langsam essen und gut zerkauen oder zerbröseln und in vorher abgekochtem Trinkwasser oder Milch verrühren

**1 x Technik -Paket bestehend aus:**

- Gaskocher
- Pfannenset
- 3 x Gaskartuschen à 230g
- Kurbelradio Survivor DAB
- Kurbellampe "GoalZero LightHouse 600"
- Streichhölzer, 10 Pack
- FireSteel
- 5 x Kerzen, lang brennend

**1 x Trinkwasser-Komplett-Paket bestehend aus:**

- Katadyn Pocket Wasserfilter
- Aktivkohle-Adapter (inkl. Aktivkohle für 2 x 200 Liter)
- Micropur-Classic (40 Tabletten für je 10 Liter), zur Wasserkonservierung
- 3 Stk. Wasser-Faltkanister 10 Liter mit minimalem Packmass



## «Komplettlösung BASIS»

159'998 kcal

**Paketabmessung:** 4 x (55 x 41 x 23) - L/B/H in cm + 1 x (42 x 30 x 43) L/B/H in cm

**Paket-Gewicht:** 70 kg gesamt

**Allergene:** Milch, Ei, Gluten

**Lagerung:** Möglichst kühl und trocken, ohne direkte Sonneneinstrahlung.  
Idealerweise bei konstanter Temperatur von ca. 15-20° Celsius

**Geöffnet:** Wieder mit beiliegendem Kunststoffdeckel verschliessen. Nicht direkt aus dem Behältnis essen (Kontamination), dann kann das geöffnete Produkt über mehrere Wochen verzehrt werden. Vermeiden von Temperaturschwankungen, beugt Feuchtigkeitsbildung vor.

### Nährwerte pro 100g

#### Dinkelflocken

Zutaten: DINKELflocken

Energie	1367kJ / 327kcal
Fett	3.0g
davon gesättigte Fettsäuren	0.268g
Kohlenhydrate	63.0g
davon Zucker	0.9g
Eiweiss	12.0g
Salz	0.007g
Ballaststoffe	11.5g

#### Gemüsemischung

Zutaten: Karottenwürfel, Pastinakenwürfel, Lauchflocken grün/weiss, Paprikaflocken rot, Zwiebeln gekibbelt, Zucchiniwürfel, Petersilie (alles luftgetrocknet)



## Nährwerte pro 100g

Energie	1287kJ / 307kcal
Fett	2.7g
davon gesättigte Fettsäuren	0.6g
Kohlenhydrate	46.0g
davon Zucker	33.8g
Eiweiss	13.0g
Salz	0.4g
Ballaststoffe	22.9g

### Hörnchennudeln

Zutaten: HartWEIZENgriess, kann Spuren von Ei enthalten

Energie	1500kJ / 354kcal
Fett	2g
davon gesättigte Fettsäuren	<0.5g
Kohlenhydrate	69g
davon Zucker	2.5g
Eiweiss	13g
Salz	0.03g
Ballaststoffe	4g

### Kartoffelpüree laktosefrei

Zutaten: 100% Kartoffeln getrocknet

Energie	1518kJ / 358kcal
Fett	0.5g
davon gesättigte Fettsäuren	0.1g
Kohlenhydrate	77.9g
davon Zucker	1.7g
Eiweiss	6.5g
Salz	0.04g

### Kichererbsen

Zutaten: Kichererbsen, vorgekocht



## Nährwerte pro 100g

Energie	1412kJ / 336kcal
Fett	5.9g
davon gesättigte Fettsäuren	1.1g
Kohlenhydrate	44.3g
davon Zucker	2.4g
Eiweiss	18.6g
Salz	0.05g
Ballaststoffe	15.5g

### Risotto-Reis

Zutaten: Risotto-Reis

Energie	1460kJ / 344kcal
Fett	0.6g
davon gesättigte Fettsäuren	0.13g
Kohlenhydrate	77.8g
davon Zucker	0.15g
Eiweiss	6.8g
Salz	0.004g
Ballaststoffe	1.4g

### Rote Linsen

Zutaten: Rote Linsen, vorgekocht

Energie	1425kJ / 338 kcal
Fett	2.0g
davon gesättigte Fettsäuren	0.4g
Kohlenhydrate	40.7g
davon Zucker	0.6g
Eiweiss	29.1g
Salz	0.4g
Ballaststoffe	20.6g

### Schwarze Bohnen

Zutaten: Schwarze Bohnen vorgekocht



## Nährwerte pro 100g

Energie	1604kJ / 380kcal
Fett	1.4g
davon gesättigte Fettsäuren	0.4g
Kohlenhydrate	62.4g
davon Zucker	2.1g
Eiweiss	21.6
Salz	0.013g
Ballaststoffe	15.5g

### **UrDinkel-Halbweissmehl**

Zutaten: UrDINKEL-Halbweissmehl

Energie	1452kJ/346kcal
Fett	1.8g
davon gesättigte Fettsäuren	0.2g
Kohlenhydrate	68g
davon Zucker	0.7g
Eiweiss	12.9g
Salz	0.005g
Ballaststoffe	3.0g

### **Vollmilchpulver**

Zutaten: VollMILCHpulver

Energie	2065kJ / 494kcal
Fett	26.2g
davon gesättigte Fettsäuren	18.0g
Kohlenhydrate	40.6g
davon Zucker	40.6g
Eiweiss	24.6g
Salz	0.03g
Ballaststoffe	<0.1g



## Nährwerte pro 100g

### Braune Sauce

Zutaten: Reismehl, Hefeextrakt, Kartoffelstärke, Tomatenpulver, Meersalz, Kochsalz jodiert, Zucker, Verdickungsmittel (Guarkernmehl), Gewürze (Paprika, Pfeffer, Lorbeer, Rosmarin, Nelken), Olivenöl, Maltodextrin, färbender Rote-Beete-Saft getrocknet.

Energie	1300kJ / 311kcal
Fett	2g
davon gesättigte Fettsäuren	<0.5g
Kohlenhydrate	59g
davon Zucker	6g
Eiweiss	13g
Salz	5.1g
Ballaststoffe	4.5g

### Gemüsebouillon

Zutaten: Hefeextrakt, Meersalz, Gemüse getrocknet 24% (Kürbis, Karotten, Tomaten, Pastinaken), Zucker, Petersilie getrocknet, Olivenöl, Gewürze (Macis, Thymian, Pfeffer, Lorbeer, Koriander, Rosmarin), Maltodextrin

Energie	840kJ / 198kcal
Fett	2g
davon gesättigte Fettsäuren	<0.5g
Kohlenhydrate	23g
davon Zucker	12.0g
Eiweiss	22g
Salz	40g
Ballaststoffe	5.7g

### Volleipulver

Zutaten: VollEipulver (100% HühnervollEi) pasteurisiert aus Freilandhaltung

Energie	2369kJ / 570kcal
Fett	41.8g
davon gesättigte Fettsäuren	11.6g
Kohlenhydrate	2.4g
davon Zucker	2.4g
Eiweiss	46.0g
Salz	1.3g



## Nährwerte pro 100g

### NR-72 Rationen

Zutaten: GERSTEnmalzextrakt getrocknet (34%), VollMILCHpulver, Zucker, MagerMILCHpulver, fettarmer Kakao, Honig, Emulgator (Sonnenblumenlecithin), Aroma, kann Spuren von Ei enthalten

Energie	1707KJ/404kcal
Fett	7.2g
davon gesättigte Fettsäuren	4.1g
Kohlenhydrate	70g
davon Zucker	55g
Eiweiss	13g
Salz	0.35g
Ballaststoffe	3.7g