



# Blumenkohl

70g, 287kcal/100g

In kaltem Wasser einweichen, abgiessen und kalt essen, oder direkt in siedendes Wasser/Bouillon/Gericht einstreuen und ziehen lassen.

Zutaten: Blumenkohl, gefriergetrocknet  
 Aussehen/Farbe: weißlich  
 Textur/Struktur: getrocknete Röschen, Frischeverhältnis 1:11  
 Allergene: Keine

Gewicht: 0,26kg  
 Abmessung:  $\varnothing$  13cm, Höhe 17,4cm, Umfang 40,3cm  
 Lagerung: Möglichst kühl und trocken, ohne direkte Sonneneinstrahlung. Optimal wäre eine konstante Temperatur unter 20° Celsius.  
 Geöffnete Produkte: 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.  
 MHD: Mindesthaltbarkeit 10 Jahre. Vakuumiert und unter Schutzatmosphäre (INDOSA pro-VAC) verschlossen.

Nährwerttabelle pro 100g:

Produkt Lactose/Gluten	Energie kJ kcal	Fett	davon gesättigte Fettsäuren	Kohlenhydrate	davon Zucker	Protein	Salz	Ballaststoffe
Blumenkohl -/-	1200 287	3,0g	0,4g	24,0g	21,0g	26,0g	0,35g	30,0g