

Notvorrat Vegan

33'579 kcal



Unser beliebtes Basispaket jetzt vegan!

Inhalt: 1 x Rote Linsen à 1400g (in 2-Liter Dose) 1 x Jasminreis à 1500g (in 2-Liter Dose)
1 x Schwarze Bohnen à 800g (in 2-Liter Dose) 1 x Quinoa Weiss à 1200g (in 2-Liter Dose)
1 x Kichererbsen à 800g (in 2-Liter Dose) 1 x Karotten à 500g (in 2-Liter Dose)
1 x Goldhirse à 1400g (in 2-Liter Dose) 1 x Dinkelflocken à 900g (in 2-Liter Dose)
1 x Gemüse Mischung à 400g (in 2-Liter Dose) 1 x Bananen à 300g (in 2-Liter Dose)
1 x Grüne Erbsen à 350g (in 2-Liter Dose) 1 x Himbeeren à 150g (in 2-Liter Dose)

Gewicht: 16kg

Abmessung: 55cm lang, 41 cm breit, 23cm hoch (x 12)
Theoretisches Raummass 0,9 m³

Lagerung: Möglichst kühl und trocken, ohne direkte Sonneneinstrahlung.
Optimal wäre eine konstante Temperatur von 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 Feuchtbildung vor.

MHD: 10 Jahre. Vakuumiert und unter Schutzatmosphäre (INDOSA pro-VAC) verschlossen.

Nährwerte pro 100g:

Produkt	Energie KJ / kcal	Fett	davon gesätt. Fettsäuren	Kohlen- hydrate	davon Zucker	Eiweiss	Salz	Ballast- stoffe
Rote Linsen	1500 / 359	2,0g	0,5g	53,0g	2,0g	24,0g	0,03g	10,0g
Schwarze Bohnen	1604 / 380	1,4g	0,4g	62,4g	2,1g	21,6g	0,013g	15,5g
Kichererbsen	1412 / 336	5,9g	1,1g	44,3g	2,4g	18,6g	0,05g	15,5g
Goldhirse	1520 / 363	3,5g	0,5g	70,0g	0,4g	10,0g	0,0g	3,0g
Gemüse Mischung	1287 / 307	2,7g	0,6g	46,0g	33,8g	13,0g	0,4g	22,9g
Grüne Erbsen	1500 / 359	2,0g	0,3g	47,0g	3,0g	26,0g	0,03g	19,0g
Jasminreis	1450 / 347	1,0g	0,0g	77,0g	0,2g	7,0g	0,0g	1,5g
Quinoa	1494 / 354	6,1g	0,7g	57,2g	4,9g	14,1g	0,03g	7,0g
Karotten	1274 / 303	1,4g	0,31g	52,7g	49,37g	6,51g	0,45g	23,72g
Dinkelflocken	1358 / 320	2,7g	0,4g	63,2g	0,9g	10,8g	0,007g	8,8g
Bananen	1500 / 360	0,7g	0,2g	77,0g	67,0g	4,0g	0,01g	8,0g
Himbeeren	1259 / 300	2,1g	0,07g	33,67g	33,59g	9,1g	0,02g	32,9g