



## Protein-Paket

39'534 kcal

**Paketabmessung:** 55 x 41 x 23 L/B/H in cm

**Paket-Gewicht:** 14.8 kg

**Allergene:** Keine

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

**MHD Dosen:** 10 Jahre. Vakuumiert und unter Schutzatmosphäre (Swiss Can Machinery) verschlossen.

### Nährwerte pro 100g

| Produkt            | Energie<br>KJ / kcal | Fett | davon gesätt.<br>Fettsäuren | Kohlen-<br>hydrate | davon<br>Zucker | Eiweiss | Salz   | Ballast-<br>stoffe |
|--------------------|----------------------|------|-----------------------------|--------------------|-----------------|---------|--------|--------------------|
| Gelbe Erbsen       | 1275/303             | 1.4g | 0.3g                        | 41.2g              | 3.3g            | 22.9g   | 0.061g | 16.6g              |
| Kichererbsen       | 1412/336             | 5.9g | 1.1g                        | 44.3g              | 2.4g            | 18.6g   | 0.05g  | 15.5g              |
| Rote Linsen        | 1500 /359            | 2.0g | 0.5g                        | 53.0g              | 2.0g            | 24g     | 0.03g  | 10g                |
| Schwarze<br>Bohnen | 1604 /380            | 1.4g | 0.4g                        | 62.4g              | 2.1g            | 21.6g   | 0,013g | 15.5g              |

## Zutatenverzeichnis und Anwendungshinweise der Produkte

### **3 Dosen Gelbe Erbsen vorgekocht 2400g (7272kcal) – Allergene: Keine**

Zutaten: Gelbe Erbsen vorgekocht und dehydriert

Zubereitung: in kaltem Wasser einweichen, oder gleich in ein Gericht einstreuen und kurz ziehen lassen

### **3 Dosen Kichererbsen vorgekocht 2400g (8064kcal) – Allergene: Keine**

Zutaten: Kichererbsen vorgekocht und dehydriert

Zubereitung: in kaltem Wasser einweichen, oder gleich in ein Gericht einstreuen und kurz ziehen lassen

### **3 Dosen Rote Linsen 4200g (15078kcal) – Allergene: Keine**

Zutaten: Rote Linsen

Zubereitung: 10-15 Minuten kochen

### **3 Dosen Schwarze Bohnen vorgekocht 2400g (9120 kcal) – Allergene: Keine**

Zutaten: Schwarze Bohnen vorgekocht und dehydriert

Zubereitung: in kaltem Wasser einweichen, oder gleich in ein Gericht einstreuen und kurz ziehen lassen

