



Hergestellt in
der Schweiz /
Produit en Suisse /
Prodotto in Svizzera

Kann Spuren von Sesam und
Schalenfrüchten enthalten. /
Peut contenir des traces de
sésame et de fruits à coque. /
Può contenere tracce di sesamo
e di frutti a guscio.

Herkunft Sonnenblumenkerne /
Origine graines de tournesol /
Origine semi di girasole:

mindestens haltbar bis / à consommer
de préférence avant le / da consumarsi
preferibilmente entro il:



TIPP / SUGGESTION / CONSIGLIO D'USO
Sonnenblumenkernemus lässt sich aufs Brot
schmieren, in Saucen und Süssspeisen mischen
oder auch unter gekochtes Gemüse und Getreide
heben. / La purée de graines de tournesol est
idéale sur une tartine, se mélange bien aux
sauces et entremets sucrés et s'ajoute aux
légumes cuits ou aux céréales. / La crema di
semi di girasole può essere spalmata sul pane,
aggiunta a salse e preparazioni dolci e anche
a verdure e cereali cotti.



CH-BIO-006
EU-Landwirtschaft

Naturkraftwerke Biofood AG
Gibelstrasse 11
CH-8607 Aathal-Seegräben
naturkraftwerke.ch
weltkueche.bio
Stefan Heiser
Mierendorffstrasse 23
D-10589 Berlin

**NATUR
KRAFT
WERKE**



SONNENBLUMEN KERNMUS

PURÉE DE GRAINES DE TOURNESOL CREMA DI SEMI DI GIRASOLE

e 250 g

ZUTATEN / INGRÉDIENTS / INGREDIENTI

100 % Sonnenblumenkerne aus kontrolliertem Demeter-Anbau /
100 % graines de tournesol de l'agriculture Demeter contrôlée /
100 % semi di girasole da agricoltura Demeter controllata

Bei längerem Stehen setzt sich Öl ab. Dann einfach umrühren bis
die gewünschte Konsistenz erreicht ist. / Avec le temps il peut y
avoir un dépôt d'huile. Dans ce cas, remuer simplement jusqu'à
ce que la consistance désirée soit atteinte. / Se inutilizzata per
parecchio tempo, è possibile che parte del olio si separi dalla
massa cremosa. In tal caso mescolare fino ad ottenere la
consistenza desiderata.

Dieses Mus wird in der NKW-Manufaktur in kleinen Chargen sorgfältig mit der
Steinmühle gefertigt. / La purée est élaborée dans nos ateliers NKW, par petits
lots, sur un moulin à pierre. / La crema viene prodotta con la massima cura
nella manifattura NKW, in piccoli lotti, adoperando il mulino in pietra.



INFO ↓ NÄHRWERTE / VALEURS NUTRITIVES / VALORI NUTRITIVI

* % der empfohlenen Tagesdosis / % de la dose journalière
recommandée / % della dose giornaliera raccomandata (% NRV)

DURCHSCHNITTliche NÄHRWERTE pro 100 g VALEURS NUTRITIVES MOYENNES par 100 g VALORI NUTRITIVI MEDI per 100 g	
Energie/énergie/energia	2526 kJ / 610 kcal
Fett/matières grasses / grassi	49 g
davon gesättigte Fettsäuren / dont acides gras saturés / di cui acidi grassi saturi	5,3 g
davon einfach ungesättigte Fettsäuren / dont acides gras monoinsaturés / di cui acidi grassi monoinsaturi	13,5 g
davon mehrfach ungesättigte Fettsäuren / dont acides gras polyinsaturés / di cui acidi grassi polinsaturi	30 g
Kohlenhydrate/glucides/carboidrati	12 g
davon Zucker / dont sucres / di cui zuccheri	1,3 g
Ballaststoffe/fibres alimentaires/fibre	6,3 g
Eiweiss/protéines/proteine	27 g
Salz/sel/sale	0,01 g
Vitamin E / vitamine E / vitamina E 46 mg (383 %*), Thiamin / thiamine / tiamina 1,9 mg (173 %*), Vitamin B6 / vitamine B6 / vitamina B6 0,77 mg (55 %*), Folsäure / acide folique / acido folico 227 µg (114 %*), Magnesium / magnésium / magnesio 387 mg (103 %*), Eisen / fer / ferro 6,4 mg (46 %*)	