

# Cracker Hanfnuss

Datum: 21.07.2019

## Superfood

100 g mild nussig  
lactose-, hefe- und glutenfrei

### Beschreibung

Handgemachte Cracker aus geschälten Hanfnüssen und Leinsamen. Der herz hafte Snack für zwischendurch.



### Zutaten

Wasser, Hanfnüsse, Leinsamen getrocknet, Hanfmehl, Meersalz, Flohsamenschalen

### Allergene fett gedruckt

Speise kann Spuren von Getreidegluten, Erdnüssen, Lupine, Schalenfrüchten, SO<sub>2</sub> und Sulfiten, Senfsamen, Sellerie, Sesam und Soja enthalten.

### Nährwert pro 100 g

|                             |         |                                     |
|-----------------------------|---------|-------------------------------------|
| Fett                        | 47,94 g | <b>2456 kJ / 584 kcal / 0,18 BE</b> |
| davon gesättigte Fettsäuren | 4,76 g  |                                     |
| Kohlenhydrate               | 2,13 g  |                                     |
| davon Zucker                | 1,5 g   |                                     |
| Ballaststoffe               | 15,14 g |                                     |
| Eiweiß                      | 27,98 g |                                     |
| Salz                        | 3,26 g  |                                     |

Haltbarkeit bei 5-20°C: 30 Tage

