

# Kürbiskerne 200 g

## Kürbiskerne - knackiges Topping:

Unsere Kürbiskerne sind die essbaren Samen des Kürbisses. Sie enthalten wertvolle Fette, die sie zu einer gesunden Beigabe in Brot oder Müsli macht.

Kürbiskerne sind ideal in:

- Müsli und Quarkspeisen
- Salaten
- Backwaren
- Suppen und Aufläufen
- oder einfach pur als kleine Knabberei für zwischendurch

[Zum Produkt](#)

## Nährwerte

### Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	2429 kj
Brennwert kcal	586 kcal
Fett	46 g
davon gesättigte Fettsäuren	8,4 g
Kohlenhydrate	14,2 g
davon Zucker	1,4 g
Ballaststoffe	8,8 g
Eiweiß	24,4 g
Salz	0,05 g

## Sonstige Angaben

Aufbewahrungs- und Verwendungshinweis

Kühl und trocken lagern.

## Zusätzliche Informationen

Zutaten:

Kürbiskerne.

Kann Spuren von Gluten, Schalenfrüchten, Milcherzeugnissen, Soja und Sesam enthalten.