

# Bio Früchte Hafer Porridge 500 g

## Der Heimatsmühle Bio Früchte Haferbrei - schnell zubereitet, ohne Kochen und leicht bekömmlich:

Das Früchte Hafer Porridge ist leicht bekömmlich und sättigt lange ohne den Körper zu belasten. Seine milde Süße stammt von den getrockneten Früchten. Die leichte Zimtnote sorgt für das gewisse Extra am Morgen. Alle Zutaten landwirtschaftlichen Ursprungs stammen aus ökologischer Landwirtschaft. Er lässt sich warm und kalt zubereiten und schmeckt morgens genauso gut wie zwischendurch.

### Zubereitung:

**Warm:** Eine halbe Tasse Porridge (50 g) mit 140 ml heißer Milch oder heißem Wasser mischen, 3 Minuten quellen lassen und warm genießen.

**Kalt:** Eine halbe Tasse Porridge (50 g) mit 100 ml kalter Milch mischen, 5 Minuten quellen lassen.

[Zum Produkt](#)

## Nährwerte

### Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	1489 kj
Brennwert kcal	353 kcal
Fett	5,3 g
davon gesättigte Fettsäuren	1 g
Kohlenhydrate	61 g
davon Zucker	17,5 g
Ballaststoffe	9,9 g
Eiweiß	10,4 g
Salz	0,02 g

## Allergene

glutenhaltiges Getreide	Ja
-------------------------	----

## Sonstige Angaben

Aufbewahrungs- undVerwendungshinweis

Kühl und trocken lagern.

## Zusätzliche Informationen

Zutaten:

HAFERFLOCKEN\* 73%, Trockenfrüchte\* 25% (Datteln\* getrocknet 55%, Äpfel\* getrocknet, Aprikosen\* getrocknet 12%), Apfelsaftkonzentrat\*, Zimt\*, Reismehl\*.

\*Zutaten aus ökologischer Landwirtschaft.

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