

INFO  
NÄHR  
WERT

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

Kann Spuren von Schalenfrüchten enthalten / Peut contenir des traces de fruits à coque / Può contenere tracce di frutti a guscio

Herkunft / Origine / Origine:

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



**EMPFEHLUNG / SUGGESTION / CONSIGLIO**  
Schwarzes Sesammus lässt sich aufs Brot schmieren, in Saucen und Süßspeisen mischen oder auch unter gekochtes Gemüse und Getreide heben. / La purée de sésame noir 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 sesamo nero può essere spalmata sul pane, aggiunta a salse e preparazioni dolci e anche a verdure e cereali cotti.



CH-BIO-006  
Nicht-EU-Landwirtschaft

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

**NATUR  
KRAFT  
WERKE**



# SCHWARZES SESAMMUS TAHIN PURÉE DE SÉSAME NOIR CREMA DI SESAMO NERO



e 250 g

## ZUTATEN / INGRÉDIENTS / INGREDIENTI

100 % Schwarzer Sesam aus kontrolliert biologischem Anbau /  
100 % sésame noir de l'agriculture biologique contrôlée /  
100 % sesamo nero da agricoltura biologica 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 dell'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 la manufacture 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	2537 kJ / 615 kcal
Fett / matières grasses / grassi	54 g
davon gesättigte Fettsäuren / dont acides gras saturés / di cui acidi grassi saturi	8,7 g
davon einfach ungesättigte Fettsäuren / dont acides gras monoinsaturés / di cui acidi grassi monoinsaturi	20,6 g
davon mehrfach ungesättigte Fettsäuren / dont acides gras polyinsaturés / di cui acidi grassi polinsaturi	24,5 g
Kohlenhydrate / glucides / carboidrati	0,7 g
davon Zucker / dont sucres / di cui zuccheri	0,3 g
Ballaststoffe / fibres alimentaires / fibre	17 g
Eiweiss / protéines / proteine	23 g
Salz / sel / sale	0,01 g
Vitamin E / vitamine E / vitamina E	16 mg (133%*)
Kalzium / calcium / calcio	1160 mg (145%*)
Magnesium / magnésium / magnesio	512 mg (136%*)
Eisen / fer / ferro	11,0 mg (79%*)