



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 Schwarzer Sesam / Provenance Sésame noir / Provenienza sesamo nero:

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



TIPP / SUGGESTION / CONSIGLIO D'USO
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®
Gibelstrasse 11
CH 8607 Aathal-Seegräben
naturkraftwerke.ch
weltkueche.bio
Lager EU: A. Conte
Bichtlingerstrasse 13
DE 88605 Schnerkingen

**NATUR
KRAFT
WERKE**



**SCHWARZES
SESAMMUS TAHIN
PURÉE DE SESAME NOIR
CREMA DI SESAMO NERO**

e 250 g



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 mescol re 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.

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



CH-038-006



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 / graisse / 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 alimentari | 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%*) |