

### MISOSUPPE INSTANT

**ZUTATEN** Gersten-Miso\* 48% (unpasteurisierte Paste aus milchsauer fermentierten Sojabohnen\* und Gerste\*, Meersalz und Koji Ferment) gefriergetrocknet und gemahlen, Reis-Miso\* 48% (unpasteurisierte Paste aus milchsauer fermentierten Sojabohnen\* und Reis\*, Meersalz und Koji Ferment) gefriergetrocknet und gemahlen, Wakame Gemüsealgen 3%, Kombu Gemüsealgen (Pulver) 1%.

\*aus kontrolliert biologischem Anbau.

**ZUBEREITUNG** Eine Portion = 2 gehäufte Teelöffel (~ 8g) in einen Becher geben, mit heissem Wasser übergiessen und umrühren oder am Ende des Kochvorgangs in Suppen und Saucen geben (Miso sollte möglichst nicht gekocht werden).

### SOUPE MISO INSTANTANÉ

**INGRÉDIENTS** Miso d'orge\* 48% (pâte non-pasteurisée, préparée à partir d'orge\* et de graines de soja\* par fermentation lactique, sel de mer, culture de Koji) lyophilisé et moulu, Miso de riz\* 48% (pâte non-pasteurisée, préparée à partir de riz\* et de graines de soja\* par fermentation lactique, sel de mer, culture de Koji) lyophilisé et moulu, algues marines Wakame 3%, algues marines Kombu (poudre) 1%.

\*de l'agriculture biologique contrôlée.

**PRÉPARATION** Mettre une portion = 2 bonnes cuillères à café (~ 8g) dans un bol, verser de l'eau chaude et bien remuer. Le miso convient également pour relever vos soupes et des sauces : l'y ajouter en fin de cuisson, puis ne plus porter à ébullition.

### ZUPPA DI MISO INSTANTANEA

**INGREDIENTI** Miso di orzo\* 48% (orzo in pasta non pastorizzato di fagioli di soia\* e orzo\* a fermentazione acidolattica, sale marino, fermento Koji) liofilizzato e tritato, Miso di riso\* 48% (pasta non pastorizzato di fagioli di soia\* e riso\* a fermentazione acidolattica, sale marino, fermento Koji) liofilizzato e tritato, alghe di mare Wakame 3%, alghe di mare Kombu (polvere) 1%.

\*da agricoltura biologica controllata.

**PREPARAZIONE** Mettere una porzione = 2 cucchiaini colmi (~ 8g) in una tazza, versare acqua calda e mescolare oppure aggiungere a fine cottura a minestre e salse (se possibile, il miso non dovrebbe essere cotto).

**mindestens haltbar bis:** siehe Boden  
**à consommer de préférence avant le:** voir le fond  
**da consumarsi preferibilmente entro il:** vedi fondo

NATUR  
KRAFT  
WERKE



# MISO SUPPE

## SOUPE MISO

## ZUPPA DI MISO

### INSTANT

e 210g

Miso ist ein japanisches Grundnahrungsmittel mit aussergewöhnlich wohltuenden Eigenschaften. Die Grundmischung besteht aus einer milchsauer vergorenen Paste aus Sojabohnen, Getreide und Meersalz. Die ausgezeichnete Qualität dieser Misozubereitung wird durch ein spezielles und aufwändiges Gefrier Trocknungsverfahren bewahrt. Köstlich als Trinkbrühe oder Suppe.

Le miso est très utilisé dans la cuisine japonaise, et on lui prête des bienfaits extraordinaires. Le mélange de base, de texture pâteuse, est préparé par fermentation lactique à partir de céréales, de graines de soja et de sel de mer.

Il miso è un alimento di base della cucina giapponese con straordinarie proprietà benefiche. La mistura di base è costituita da una pasta a fermentazione lattica a base di semi di soia, cereali e sale marino.

Kühl und trocken aufbewahren / Conserver dans un endroit frais et sec / Conservare in luogo fresco e asciutto

Hergestellt in Japan / Fabriqué au Japon / Fabbriato in Giappone

Abgepackt in der Schweiz / Conditionné en Suisse / Confezionato in Svizzera

**DURCHSCHNITTLICHE NÄHRWERTE** pro 100 g  
**VALEURS NUTRITIVES MOYENNES** par 100 g  
**VALORI NUTRITIVI MEDI** per 100 g

Energie / énergie / energia	1281 kJ / 306 kcal
Fett / graisse / grassi	8,1 g
davon gesättigte Fettsäuren / dont acides gras saturés / di cui acidi grassi saturi	1,3 g
Kohlenhydrate / glucides / carboidrati	29 g
davon Zucker / dont sucres / di cui zuccheri <sup>1)</sup>	1,3 g
Ballaststoffe / fibres alimentaires / fibre	14 g
Eiweiss / protéines / proteine	22 g
Salz / sel / sale	19 g

<sup>1)</sup> Enthält von Natur aus Zucker / Présente une teneur naturelle en sucres / Contiene naturalmente zucchero

CH-BIO-006  
Nicht-EU-  
Landwirtschaft



NaturKraftWerke®  
Gibelstrasse 11  
CH 8607 Aathal-Seegräben

A. Conte, Bichtlingerstrasse 13  
DE 88605 Schnerkingen

naturkraftwerke.ch | weltkueche.bio

