

Süßlupine – gesunde Proteine

- ✓ hoher Eiweißgehalt
- ✓ reich an Ballaststoffen
- ✓ aus deutschem BIO-Anbau

vielseitig verwendbar:

- für gefülltes Gemüse
- für Aufläufe
- für vegetarische „Bolognese“
- für Bratlinge und Falafel
- zum Backen (ersetzt bis 20% Mehl)



Fordern Sie die kostenlose Rezeptbroschüre an:

Tel. 0 61 95-30 71 · www.drmetz.de

Nährwerte in 100 g gemahlener Süßlupinen:

Energie	1231 kJ (295 kcal)	
Fett	4 g	
· davon gesättigte Fettsäuren	0,5 g	
Kohlenhydrate	11,8 g	
· davon Zucker	5,9 g	
Ballaststoffe	37 g	
Eiweiß	34,5 g	
Salz	0,03 g	
		% der Referenzmenge
Magnesium	210 mg	56 %
Eisen	7,7 mg	55 %
Zink	3,8 mg	38 %

Inhalt:

500 g

Mindestens
haltbar bis Ende:
Siehe Boden

Dr. Metz KG

Siemensstr. 7
D-65779 Kelkheim
Tel. 0 61 95/30 71

Zutaten: Süßlupinensamen, ungeschält, gemahlen