



Läufer-Pasta

Teigwaren aus Hartweizengriess

Gewicht: 450 g

Zutaten:

Hartweizengriess (Kanada/EU), Kernserwasser vom Arvigrat.

Kann Spuren von Ei enthalten.

Nährwerte: pro 100g (Eine Portion entspricht ca. 80g)

Energie: 1450KJ / 34kcal

Fett: 1.5 g

Kohlenhydrate: 68 g

Eiweiss: 12 g

Salz: <0.01 g

Zubereitung: Wasser kochen und Salz dazugeben. Die Pasta 6 – 8 Minuten bis zur gewünschten Bissfestigkeit kochen. Danach abtropfen lassen.

Lagerung: Kühl und trocken lagern. Vor Licht schützen. Nach dem Öffnen wieder gut verschliessen oder in einer Vorratsdose aufbewahren.

Stand: April 18