



VO HÄRZÄ DANKÄ SÄGÄ

Inhalt des Set's:

1x Kernser UrDinkel-Rigi-Rollen 3Ei
1x Kernser Spaghetti 3Ei
1x Kernser Edelpilze
1x Tomatensauce
1x Anhänger: Vo Härzä dankä sägä

URDINKEL-RIGI ROLLEN 3EI



Zertifizierungsstelle Suisse Garantie und UrDinkel: ProCert

Eierteigwaren aus UrDinkel

Gewicht: 500 g

Zutaten:

UrDinkel-Mehl (CH), Eier* 13.5% (CH), Wasser**.

*aus Freilandhaltung

**Kernserwasser vom Arvigrat.

Nährwerte: pro 100 g

Energie:	1401 kJ / 335 kcal
Fett:	3.0 g
davon gesättigte Fettsäuren:	0.5 g
Kohlenhydrate:	57 g
davon Zucker:	0.7 g
Ballaststoffe:	8.6 g
Eiweiss:	16 g
Salz:	0.05 g

Wir lieben Pasta!



Zubereitung: Wasser aufkochen lassen. Danach Salz hinzufügen. Die Pasta entsprechend den Packungsangaben bis zur gewünschten Bissfestigkeit kochen und ab und an umrühren. Danach abtropfen lassen.

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

KERNSER SPAGHETTI 3EI:

Eierteigwaren

Gewicht: 500g



Zutaten:

Hartweizengriess (Kanada/EU*), Vollei 13.5 % (CH) aus Freilandhaltung, Kernserwasser vom Arvigrat

*Herkunft EU-Länder: siehe Aufdruck Datierungsfeld auf der Verpackung

Nährwerte: pro 100 g

Energie:	1492 kJ / 352 kcal
Fett:	2.5 g
davon gesättigte Fettsäuren:	0.8 g
Kohlenhydrate:	67 g
davon Zucker:	1.0 g
Ballaststoffe:	3.3 g
Eiweiss:	13 g
Salz:	0.05 g

Eine Portion entspricht ca. 80 g.

Zubereitung: Wasser kochen und Salz dazugeben. Die Pasta entsprechend der Packungsangabe 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.

TOMATENSAUCE:

Sauce aus Tomaten, mit Basilikum

Gewicht: 350 g

Zutaten:

Tomaten 81% (CH), Tomatenpüree, Zwiebeln, Zucker, Salz, Knoblauch, Basilikum 0.13%, Pfeffer, Rapsöl, Cayenne-pfeffer.

Wir lieben Pasta!



Ø Nährwerte: pro 100 g

Energie:	191 KJ / 46 kcal
Fett:	0.6 g
davon gesättigte Fettsäuren:	0.1 g
Kohlenhydrate:	7.3 g
davon Zucker:	7.2 g
Ballaststoffe:	1.04 g
Eiweiss:	2.0 g
Salz:	1.0 g

Zubereitung: Konsumfertig, bei Bedarf im Topf erhitzen

Lagerung: ungekühlt haltbar. Nach dem Öffnen bei maximal 5°C im Kühlschrank aufbewahren und innert 3 Tagen konsumieren.

Hergestellt: von Juckerfarm AG, CH-8607 Seegräben

EDELPILZE:

kultivierte Speisepilze

Gewicht: 20 g

Zutaten:

Shiitake, Austernseitling (Pilze in veränderlichen Gewichtsanteilen)

Zubereitung: vor dem Kochen 30 Minuten einweichen

Lagerung: Kühl und trocken

Hersteller: Kernser Edelpilze GmbH, CH-6064 Kerns

Wir lieben Pasta!