

Bäckerei Vollkern
 Volker Apitz
 Lindenhof 2
 16845 Rohrlack

Rezeptnummer: **136**
 Rezeptname: **Ur-Essener**
 Ausbackgewicht: 1 á 500g

Verbundene Artikel:

136 *Name:* **Ur-Essener** *Artikelgewicht:* 500g
Verkehrsbezeichnung: Spezialvollkornbrot mit Getreidesprossen *Stück p.a.:* 78921
Verpackung: unverpackt in Brotkiste
Bio-Status: kontrolliert biologisch



Rezept

Rohstoff	Status	%	g	Lieferant
Wasser		37,3	244,6	
	---; ---; sonst. Stoffe Art. 27			
Weizen (Korn für Y), dem		25,2	165,3	Biohof Siedentopf
	dem; EURegio; ökologisch, landwirtschaftlich			
Roggen (Korn für Y), dem		23,3	153,1	Biohof Siedentopf
	dem; EURegio; ökologisch, landwirtschaftlich			
Lein, bio		4,4	28,9	Bode
	bio; EU; ökologisch, landwirtschaftlich			
Sonnenblumenkerne, bio		3,3	21,7	Kramerbräu Saaten GmbH
	bio; EU; ökologisch, landwirtschaftlich			
Sesam, bio		3,3	21,7	Bode
	bio; Welt; ökologisch, landwirtschaftlich			
Hanfsaat, bio		2,2	14,4	Bode
	bio; Welt; ökologisch, landwirtschaftlich			
Steinsalz, konv		1,0	6,3	Bauck
	---; EU; sonst. Stoffe Art. 27			
	<i>Summe:</i>	100,0	656,0	

Deklaration

39% **Roggen**sprossen**, 39% **Weizen**sprossen**, Wasser, 4% Leinsaat*, 3% Sonnenblumenkerne*, 3% **Sesam***, 2% Hanf*, Steinsalz
 *=kbA **=demeter

Bio-Status

21,4% bio; 78,6% dem

Regionalität

77,4% EURegio; 13,8% EU; 8,8% Welt

landw. Herkunft

61,7% ökologisch, landwirtschaftlich; 38,3% sonst. Stoffe Art. 27

Nährwerte

Brennwert: 1087kJ / 260kcal
 Fett: 8,2g
 davon gesättigte Fettsäuren: 1,1g
 Kohlenhydrate: 33,7g
 davon Zucker: 1,4g
 Eiweiß: 12,3g
 Kochsalz: 1,27g