

# Bokhvete mel - glutenfritt

## DESSVERRE UTSOLGT FRA IMPORTØREN

Bokhvete mel - glutenfritt DESSVERRE UTSOLGT FRA IMPORTØREN  
7025

[Saltå Kvarn \(Sverige\);](#)

&nbsp;Økologisk, glutenfritt bokhvetemel, til baking og jevning.

*Bokhvete er ingen kornsort. Det er frøene fra en plante i syrefamilien - Fagopyrum esculentum - som opprinnelig kommer fra Sibir. Bokhvetemel er helt uten gluten og kan derfor trygt brukes av deg som har glutenintoleranse.*

&nbsp;Navnet bokhvete kommer av at frøene ligner små bøkenøtter, og i gamle kokebøker vil du finne betegnelsen *bøghvede*. Både grynene og melet har vært brukt i Norge før i tida, mest til grøt. I andre land brukes bokhvetegryn istedenfor ris, og bokhvetemel til pannekaker, til andre kaker, i pai, pateer og til vegetariske burgere.

&nbsp;Du kan gjerne blande inn bokhvetemel sammen med andre glutenfrie melsorter når du baker brød - bokhvetemel hever dessverre ikke særlig bra alene. Prøv deg fram til du finner en sammensetning som fungerer godt.

&nbsp;Bokhvetemel kan også brukes til jevning i supper og stuinger, og det utvider seg mye fortere enn for eksempel hvetemel.

&nbsp;Bokhvete inneholder en god del nyttige mineraler og er lett å fordøye.

## &nbsp;Innhold:

&nbsp;100% bokhvetemel fra økologisk dyrkede bokhvetefrø.

&nbsp;Næringsinnhold pr. 100 gram:

&nbsp;Energi 1480 kJ (354 kcal)

&nbsp;Protein 6,6 g

&nbsp;Karbohydrater 76,1 g

&nbsp;Fett 2 g

&nbsp;Kostfiber 1,9 g

&nbsp;Natrium 1 mg

&nbsp;Jern 2,1 mg





Pris kr 35,00

500 g  
Nei