

05. Bönor, ärtor & frön:

51 505	KIDNEYBÖNOR Röda..... KRAV 6 x 500 g <i>Saltå Kvarn. Ekologiska kidneybönor* *KRAV-certifierad ekologisk ingrediens Kidneybönor är rika på protein, fibrer och mineraler.</i>			Kina
500 342	KIDNEYBÖNOR KRAV 5 kg <i>Kung Markatta Kidneybönor ekologiska</i>			Kina
51 605	MUNGBÖNOR..... KRAV 6 x 500 g <i>Saltå Kvarn. Ekologiska mungbönor* *KRAV-certifierad ekologisk ingrediens Mungbönor är en snabbkokt liten böna som är rik på protein, mineral och kostfiber.</i>			Kina
51 805	SVARTA BÖNOR KRAV 6 x 500 g <i>Saltå Kvarn Ekologiska svarta bönor* *KRAV-certifierad ekologisk ingrediens Svarta bönor är rika på protein, kostfiber och mineraler.</i>			Kina
500 343	SVARTA BÖNOR KRAV 5 kg <i>Kung Markatta Svarta bönor</i>			Kina
51 905	VITA BÖNOR, små..... KRAV 6 x 500 g <i>Saltå Kvarn Ekologiska små vita bönor* *KRAV-certifierad ekologisk ingrediens</i>			Kina
500 340	VITA BÖNOR KRAV 5 kg <i>Kung Markatta Ekologiska vita bönor* *KRAV-certifierad ekologisk ingrediens</i>			Se förpackning
51 915	VITA BÖNOR, Stora KRAV 6 x 500 g <i>Saltå Kvarn Ekologiska stora vita bönor* *KRAV-certifierad ekologisk ingrediens Vita bönor innehåller rikligt med protein, fibrer och mineraler.</i>			Kina



500 723	BELUGALINSER..... KRAV 5 kg..... <i>Kung Markatta. Svarta belugalinsor* *KRAV-certifierad ekologisk ingrediens</i>			
910 383	BELUGALINSER..... EKO 7 x 400 g <i>Urtekram. Ekologiska svarta belugalinsor. Kan innehålla VETEKÄRNOR</i>			Kanada
51 005	GRÖNA LINSER..... KRAV 6 x 500 g <i>Saltå Kvarn Ingredienser: Ekologiska gröna linser* *KRAV-certifierad ekologisk ingrediens Gröna Linser är rika på protein, mineral och kostfiber.</i>			Turkiet
500 302	GRÖNA LINSER..... EKO 5 kg <i>Kung Markatta Gröna Linser Ekologisk ingrediens</i>			Turkiet
51 105	RÖDA LINSER KRAV 6 x 500 g <i>Saltå Kvarn. Saltå Kvarn Ekologiska Röda Linser* *KRAV-certifierad ekologisk ingrediens Röda linser är rika på protein, fibrer och mineraler. De är snabbkokta och behöver inte blötläggas före kokning. Man kan inte grodda röda linser eftersom de skalas och "splittas".</i>			Turkiet

Art.nr	Artikel	Kontroll	Förp	Ursprung
500 303	RÖDA LINSER, split <i>Kung Markatta Ekologiska Röda Linser* *KRAV-certifierad ekologisk ingrediens</i>	EKO	5 kg	Kina
101 322	GULA ÄRTOR <i>Go Green Torkade gula ärter*. *Ekologisk ingrediens.</i>	EKO	10 kg	Sverige
51 205	KIKÄRTOR <i>Saltå Kvarn. Ekologiska kikärter* *KRAV-certifierad ekologisk ingrediens Kikärter är rika på protein, kostfiber och mineraler.</i>	KRAV	6 x 500 g	Turkiet, Italien
58 555	KIKÄRTOR <i>Saltå Kvarn Ekologiska kikärter* *KRAV-certifierad ekologisk ingrediens</i>	KRAV	4 x 2,5 kg	Turkiet
500 336	KIKÄRTOR <i>Kung Markatta Ekologiska kikärter* *KRAV-certifierad ekologisk ingrediens</i>	KRAV	5 kg	Se förpackning



500 141	ALFALFA <i>Kung Markatta Alfalfa används till groddning</i>	KRAV	7 x 350 g	Italien
500 203	CHIAFRÖN <i>Kung Markatta. Chiafrön** ** = EU - ekologisk</i>	EKO	8 x 275 g	Se förpackning
52 205	LINFRÖ <i>Saltå Kvarn. Ekologiskt linfrö* *KRAV-certifierad ekologisk ingrediens Linfrö är rika på protein, fibrer och mineraler och innehåller mycket fleromättat fett.</i>	KRAV	6 x 400 g	Kina
500 311	LINFRÖ <i>Kung Markatta hela ekologiska linfrön</i>	KRAV	5 kg	Italien
505 156	PUMPAFRÖN <i>Kung Markatta Ekologiska pumpafrön* *KRAV-certifierad ekologisk ingrediens. Pumpafrön är rika på mineraler, vitaminer och protein. De innehåller också mycket omättat fett. De är goda att strö i sallader och i müsli</i>	KRAV	6 x 500 g	Kina
500 356	PUMPAFRÖN <i>Kung Markatta Pumpafrön utan skal</i>	KRAV	5 kg	
52 615	SESAMFRÖ, oskalad <i>Saltå Kvarn. Saltå Kvarn Ekologiskt SESAMfrö* oskalat *KRAV-certifierad ekologisk ingrediens Oskalat sesamfrö är rikt på mineraler och omättade fetter, bl a Omega 6. Särskilt stort är innehållet av kalcium och järn. För att tillgodogöra sig näringen i fröet, så måste det krossas eller mixas.</i>	KRAV	6 x 400 g	Bolivia

Art.nr	Artikel	Kontroll	Förp	Ursprung
52 605	SESAMFRÖ, skalade	KRAV	6 x 400 g	Bolivia
	Saltå Kvarn. Sesamfrö är rikt på mineraler och omättade fetter. De passar utmärkt i bröd, kakor och frukosträtter och är jättegoda i sallader. Prova också att panera med sesamfrö. Man kan använda fröna till sesammjolk. Blanda då med oskalat sesamfrö, för att höja kalciumhalten.			
52 705	SOLROSKÄRNOR	KRAV	6 x 400 g	Kina
	Saltå Kvarn Ekologiska solroskärnor* *KRAV-certifierad ekologisk ingrediens Solroskärnor är de skalade fröna från solrosen. De har en mild nötaktig smak och kan också användas i stället för nötter i många rätter. De är rika på protein, mineraler och vitaminer och har hög halt av nyttiga fettsyror, bl a Omega-6.			
500 352	SOLROSKÄRNOR	KRAV	5 kg	Kina
	Kung Markatta Krav certifierade ekologisk solroskärnor, skalade			