

05. Bönor, ärtor & frön:

| | | | | |
|---------|--|--|--|---------|
| 51 505 | KIDNEYBÖNOR Röda..... KRAV6 x 500 g | | | Kina |
| | <i>Saltå Kvarn. Ekologiska kidneybönor* *KRAV-certifierad ekologisk ingrediens Kidneybönor är rika på protein, fibrer och mineraler.</i> | | | |
| 500 342 | KIDNEYBÖNOR KRAV 5 kg | | | Kina |
| | <i>Kung Markatta Kidneybönor ekologiska</i> | | | |
| 51 605 | MUNGBÖNOR..... KRAV6 x 500 g | | | Kina |
| | <i>Saltå Kvarn. Ekologiska mungbönor* *KRAV-certifierad ekologisk ingrediens Mungbönor är en snabbkokt liten böna som är rik på protein, mineral och kostfiber.</i> | | | |
| 650 007 | SKALAD BONDBÖNA Alexia... KRAV14 x 500 g | | | Sverige |
| | <i>Nordisk råvara Svenskodlad ekologisk torr skalad bondböna Bondbönan är en fast vaniljgul böna med krämig textur och nötig doft och användas till bla vegan- smör, i grytor och röror.</i> | | | |
| 650 006 | SKALAD BONDBÖNA Alexia... KRAV4 x 2,5 kg | | | Sverige |
| | <i>Nordisk råvara Svenskodlad ekologisk torr skalad bondböna</i> | | | |



| | | | | |
|---------|---|--|--|----------------|
| 51 805 | SVARTA BÖNOR KRAV6 x 500 g | | | Kina |
| | <i>Saltå Kvarn Ekologiska svarta bönor* *KRAV-certifierad ekologisk ingrediens Svarta bönor är rika på protein, kostfiber och mineraler.</i> | | | |
| 500 343 | SVARTA BÖNOR KRAV 5 kg | | | Kina |
| | <i>Kung Markatta Svarta bönor</i> | | | |
| 51 905 | VITA BÖNOR, små..... KRAV6 x 500 g | | | Kina |
| | <i>Saltå Kvarn Ekologiska små vita bönor* *KRAV-certifierad ekologisk ingrediens</i> | | | |
| 500 340 | VITA BÖNOR KRAV5 kg..... | | | Se förpackning |
| | <i>Kung Markatta Ekologiska vita bönor* *KRAV-certifierad ekologisk ingrediens</i> | | | |
| 51 915 | VITA BÖNOR, Stora KRAV 6 x 500 g | | | Kina |
| | <i>Saltå Kvarn Ekologiska stora vita bönor* *KRAV-certifierad ekologisk ingrediens Vita bönor innehåller rikligt med protein, fibrer och mineraler.</i> | | | |
| 500 372 | BELUGALINSER..... KRAV 5 kg..... | | | Se förpackning |
| | <i>Kung Markatta. Svarta belugalinsor* *KRAV-certifierad ekologisk ingrediens</i> | | | |
| 910 383 | BELUGALINSER..... EKO7 x 400 g | | | Kanada |
| | <i>Urtekram. Ekologiska svarta belugalinsor. Kan innehålla VETEKÄRNOR</i> | | | |

| Art.nr | Artikel | Kontroll | Förp | Ursprung |
|---|---|-------------|------------|----------|
| 650 013 | GOTLANDS LINS..... <i>Nordisk råvara</i> Svenskodlad ekologisk torr gotlandslins Gotlandslins är en liten pastellrosa lins som inte kokar sönder och har en perfekt balans mellan sötma och beska. | KRAV | 14 x 500 g | Sverige |
| 650 012 | GOTLANDS LINS..... <i>Nordisk råvara</i> Svenskodlad ekologisk torr gotlandslins | KRAV | 4 x 2,5 kg | Sverige |
| 51 005 | GRÖNA LINSER..... <i>Saltå Kvarn</i> Ekologiska gröna linser* *KRAV-certifierad ekologisk ingrediens Gröna Linser är rika på protein, mineral och kostfiber. | KRAV | 6 x 500 g | Turkiet |
| 58 515 | GRÖNA LINSER..... <i>Saltå Kvarn</i> Ekologiska gröna linser* *KRAV-certifierad ekologisk ingrediens | KRAV | 2,5 kg | Turkiet |
| 650 003 | GRÖN LINS ANICIA <i>Nordisk råvara</i> Svenskodlad ekologisk torr grön lins Grön lins har i Frankrike stjärnstatus för sin komplexa smak och breda användningsområden. Här uppe i norr får den ännu mera smak då den mognar långsamt. Behöver inte blötläggas utan kokas direkt. | KRAV | 14 x 500 g | Sverige |
| 650 002 | GRÖN LINS ANICIA <i>Nordisk råvara</i> Svenskodlad ekologisk torr grön lins | KRAV | 4 x 2,5 kg | Sverige |
|  | | | | |
| 51 105 | RÖDA LINSER <i>Saltå Kvarn</i> . 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". | KRAV | 6 x 500 g | Turkiet |
| 58 615 | RÖDA LINSER, <i>Saltå Kvarn</i> Ekologiska Röda Linser* *KRAV-certifierad ekologisk ingrediens | KRAV | 2,5 kg | Turkiet |
| 101 322 | GULA ÄRTOR <i>Go Green</i> Torkade gula ärter*. *Ekologisk ingrediens. | EKO | 10 kg | Sverige |
| 650 031 | HÖSTÄRT..... <i>Nordisk råvara</i> Svenskodlad ekologisk torr höstärt | KRAV | 14 x 500 g | Sverige |
| 650 030 | HÖSTÄRT..... <i>Nordisk råvara</i> Svenskodlad ekologisk torr höstärt | KRAV | 4 x 2,5 kg | Sverige |

| Art.nr | Artikel | Kontroll | Förp | Ursprung |
|---------|--|-------------|------------|------------------|
| 51 205 | KIKÄRTOR Saltå Kvarn. Ekologiska kikärter* *KRAV-certifierad ekologisk ingrediens Kikärter är rika på protein, kostfiber och mineraler. | KRAV | 6 x 500 g | Turkiet, Italien |
| 58 555 | KIKÄRTOR Saltå Kvarn Ekologiska kikärter* *KRAV-certifierad ekologisk ingrediens | KRAV | 2,5 kg | Turkiet |
| 650 009 | RÄTTVIKSÄRT Nordisk råvara Svenskodlad ekologisk torr Rättviksärt Liten vacker blågrön ärt med ljus kärna. Ren doft och intensiv ärtig smak med fin nöthet och sötma. | KRAV | 14 x 500 g | Sverige |
| 650 008 | RÄTTVIKSÄRT Nordisk råvara Svenskodlad ekologisk torr Rättviksärt | KRAV | 4 x 2,5 kg | Sverige |
| 650 017 | STOR GRÅÄRT Nordisk råvara Svenskodlad ekologisk torr gråärt | KRAV | 14 x 500 g | Sverige |
| 650 016 | STOR GRÅÄRT Nordisk råvara Svenskodlad ekologisk torr gråärt | KRAV | 4 x 2,5 kg | Sverige |
| 650 023 | VRETA GULÄRT Nordisk råvara Svenskodlade ekologiska torra gula ärtor | KRAV | 14 x 500 g | Sverige |
| 650 022 | VRETA GULÄRT Nordisk råvara Svenskodlade ekologiska torra gula ärtor | KRAV | 4 x 2,5 kg | Sverige |



| | | | | |
|---------|--|-------------|-----------|----------------|
| 500 141 | ALFALFA Kung Markatta Alfalfa används till groddning | KRAV | 7 x 350 g | Italien |
| 500 203 | CHIAFRÖN Kung Markatta. Chiafrön** ** = EU - ekologisk | EKO | 7 x 275 g | Se förpackning |
| 52 205 | LINFRÖ Saltå Kvarn. Ekologiskt linfrö* *KRAV-certifierad ekologisk ingrediens Linfrö är rika på protein, fibrer och mineraler och innehåller mycket fleromättat fett. | KRAV | 6 x 400 g | Kina |
| 500 311 | LINFRÖ Kung Markatta hela ekologiska linfrön | KRAV | 5 kg | Italien |

| Art.nr | Artikel | Kontroll | Förp | Ursprung |
|---------|---|----------|------|----------|
| 960 113 | PUMPAFRÖN KRAV 8 x 1 kg <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> | | | Kina |
| 500 356 | PUMPAFRÖN KRAV 5 kg <i>Kung Markatta Pumpafrön utan skal</i> | | | |
| 52 615 | SESAMFRÖ, oskalad KRAV 6 x 400 g <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> | | | Bolivia |
| 52 605 | SESAMFRÖ, skalade KRAV 6 x 400 g <i>Saltå Kvarn. Sesamfrö är rikt på mineraler och omättade fetter. De passar utmärkt i bröd, kakor och frukosträtter och är jättegodas i sallader. Prova också att panera med sesamfrö. Man kan använda fröna till sesammjolk. Blanda då med oskalat sesamfrö, för att höja kalciumhalten.</i> | | | Bolivia |
| 52 705 | SOLROSKÄRNOR KRAV 6 x 400 g <i>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.</i> | | | Kina |
| 58 755 | SOLROSKÄRNOR KRAV 2,5 kg <i>Saltå Kvarn Ekologiska solroskärnor* *KRAV-certifierad ekologisk ingrediens</i> | | | Sverige |

