**Stamdata, nemlig.com, 2016**

| | |
|---|---|
| **Varebetegnelse** | BULGUR, ØKOLOGISK, Urtekram |
| **Nettoindhold** | 500g. |
| **Holdbarhed og opbevaringsforskrift** | Opbevares tørt og ved stuetemperatur. |
| **Ingredienser, allergener fremhæves med fed.**<br>Rækkefølge efter faldende vægt uden hensyn til svind ved tilberedning.<br>**Ved anprisning**: Mængdeangivelse (QUID) og næringsindhold. | **Ingredienser:**<br>Knækket DURUMHVEDE*.<br>* = Økologisk. |
| **Tilsætningsstoffer**<br>Konserveringsmidler; Farvestoffer; Stabilisator; | |
| **Allergener** | Gluten. |
| **Brugsanvisninger** | Bulgur er dampet, tørret og knækket durumhvede, der især er populært i det Mellemøstlige køkken. Bulgur har et højt fiberindhold, en kort tilberedningstid og en alsidig anvendelse. Nyd de fine, små durumhvedestykker som et alternativ til ris, til sammenkogte retter eller kolde i salat. Det kogte bulgur kan også kommes i farsretter. Tilberedning: 2 dl bulgur koges i 3 dl vand med lidt havsalt. Lad det simre i ca. 13-15 min. |

**Næringsindhold**

Obligatorisk for anpriste varer, nøglehulsprodukter og varer som indeholder vitaminer eller mineraler.

Lovkrav pr. december 2016 for alle fødevarer.

| **Næringsdeklaration** | Næringsindhold pr. 100g: |
|---|---|
| **Energi** | 1460kJ/350kcal |
| **Fedt** | 2g |
| heraf, | |
| mættede fedtsyrer | 0,4g |
| enkeltumættede fedtsyrer | g |
| flerumættede fedtsyrer | g |
| **Kulhydrat** | 62g |
| heraf, | |
| Sukkerarter | 2,5g |
| Polyoler | g |
| Stivelse | g |
| **Fibre** | 12g |
| **Protein** | 14g |
| **Salt** | 0,02g |

| | |
|---|---|
| **Oprindelsesland**<br>Mærkningsordninger/handelsnormer. | Canada. |
| **Firmanavn – Ansvarlig**<br>Producent, pakkevirksomhed eller forhandler. | Urtekram International A/S<br>Klostermarken 20, DK - 9550 Mariager |