

Soria Bio

BIOLOGISCHE VOEDING CATALOGUS



INHOUDSTAFEL

HAVERDESSERT

Haverdessert met vanille bio	3
Haverdessert met cacao bio	3

BIO DRESSING

Appelazijn bio	4
Balsamico appelazijn bio	4
Olijfolie Parqueoliva bio	4

PLANTAARDIGE DRANK

Rijstdrank bio	5
Rijstdrank met quinoa bio	5
Rijstdrank met chia bio	5
Alpistedrank bio	6
Haverdrank	6
Sojadrink bio	6
Punidox bio	7

BIJENPRODUCTEN

Berghoning	8
Pollen	8

PLANTAARDIGE PATÉ

Paté met tofu en groenten bio	9
Paté van groene olijven bio	9
Paté van artisjok bio	9
Paté van champignons bio	9

SNACKS

Chips vegetaal mix bio	10
Chips zout bio	10

VOLKOREN KOEKJES

Koekjes met anijs	11
Koekjes met melisse	11

DIETVOEDING

Bouillonblokjes	12
Tarwekiemen	12
Naturcitrine	12
Quercus (vervangkoffie)	13
Chiazaadjes	13
Olitomate bio	14
Haverzemelen bio	14

ZOETSTOFFEN MET STEVIA

Steviat druppels	15
Steviat tabletten	15

SPELTPASTA

Spirelli van spelt (3 kleuren) bio	16
Speltpasta met boleten bio	16
Speltpasta met artisjok bio	17

RIJSTPASTA

Letters en cijfers van volkoren rijst bio	18
Spirelli van volkoren rijst bio	18
Macaroni van volkoren rijst bio	18
Noedels van volkoren rijst bio	19

BRONWATER

Monte Pinos bergwater 20

GLUTENVRIJE VOEDING

Gesneden brood vierkant 21

Toastbrood 21

Stokbrood 21

Burgerbroodjes 22

Rijst toasts bio 22

Rijst toasts met boekweit bio 22

Rijst toasts met kastanje bio 23

Rijst toasts met lijnzaad bio 23

Rijst toasts met quinoa bio 23

Broodbakmeel 24

Chocoladecake 24

Rijstkoekjes bio 25

Chocoladekoekjes bio 25

Quinoakoekjes bio 25

Sojakoekjes bio 26

Koekjesmix bio 26

Rijst snacks met hazelnoten en chocolade bio 26

Rijstwafels bio 27

Rice balls ontbijtgranen bio 27

Ricers ontbijtgranen bio 27

HAVERDESSERT

De haverdesserten zijn ideaal na de maaltijd of als tussendoortje. Ze bevatten geen cholesterol of lactose. Het is aangeraden om koel te serveren, maar het is niet nodig deze in de koelkast te bewaren. Dankzij hun hoge aanvoer van energetische voedingsstoffen en hun laag caloriegehalte, zijn ze ideaal geschikt voor personen die weinig fut hebben omwille van een dieet, bij zware fysieke inspanningen, voor kinderen in de groei, voor ouderen met een eenzijdige voeding en als lichte maaltijd voor sporters. Zonder bewaarmiddelen en kleurstoffen. 100 % plantaardig.

Gebruik: koud serveren.

Bewaring: hoeft niet gekoeld bewaard te worden.

HAVERDESSERT MET VANILLE



Ingrediënten: haverdrank (water, haver* (12%)), bruine rietsuiker*, maïszetmeel, guargom, natuurlijk vanillearoma, carrageen, zeezout en saffloer.

* afkomstig van BIOLOGISCHE LANDBOUW

Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Energetische waarde	88,42 kcal/ 375,66 kJ
Proteïnen	0,89 g
Koolhydraten	20,99 g
Vetten	0,10 g
Cholesterol	0 mg
Natrium	0,08 g
<i>*Bevat gluten en kan sporen van soja en noten bevatten.</i>	

HAVERDESSERT MET CACAO



Ingrediënten: haverdrank (water, haver* (12%)), bruine rietsuiker*, cacao (3,4%), maïszetmeel, xanthaangom, natuurlijk hazelnootaroma en zeezout.

* afkomstig van BIOLOGISCHE LANDBOUW

Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Energetische waarde	91,27 kcal/ 387,66 kJ
Proteïnen	1,56 g
Koolhydraten	20,83 g
Vetten	0,19 g
Cholesterol	0 mg
Natrium	0,05 g
<i>*Bevat gluten en kan sporen van soja en noten bevatten.</i>	

	EAN code	Artikelnummer	Inhoud	Eenh./verpakking
Haverdessert met vanille bio	8422947530518	bioAL53051	2 x 100 g e	6
Haverdessert met cacao bio	8422947530525	bioAL53052	2 x 100 g e	6



BIO DRESSING

De appelazijn wordt op traditionele wijze vervaardigd via natuurlijke fermentatie. Ideaal voor salades en in sauzen of verdund met water als lekkere, verfrissende, vetverbrandende drank.

APPELAZIJN



Geproduceerd volgens de Europese normen voor biologische landbouw.
Met appelzuur (0,31%) en kalium (0,16%) die natuurlijk aanwezig zijn in appels.
Bereid op traditionele wijze, met natuurlijke fermentatie.
Zonder kleurstoffen en bewaarmiddelen.

Ingrediënten: appelazijn*.

* afkomstig van biologische landbouw

Gebruik: ideaal als vinaigrette in slaatjes, voor de bereiding van sauzen of marinades, of als drank verdund in water.

Bewaring: na opening in de koelkast bewaren.

BALSAMICO APPELAZIJN



Geproduceerd volgens de Europese normen voor biologische landbouw.
Op smaak gebracht met soja.

Bereid op traditionele wijze, met natuurlijke fermentatie.

Zonder kleurstoffen en bewaarmiddelen.

Ingrediënten: appelazijn*, soja*, oersuiker* en zeezout.

* afkomstig van BIOLOGISCHE LANDBOUW

Gebruik: ideaal als vinaigrette in slaatjes, voor de bereiding van sauzen of marinades.

Bewaring: na opening in de koelkast bewaren.

OLIJFOLIE PARQUEOLIVA BIO

De biologische olijfolie "Parqueoliva" is een hoogwaardige olijfolie bestaande uit 2 variëteiten olijven, de Hojablanca en de Picudo. De olijfolie heeft een harmonieuze, intense, fruitige, rijpe geur. De olie heeft een zachte smaak in het begin en is aangenaam kruidig op het einde.

Geproduceerd volgens de Europese normen voor biologische landbouw.

Bereid op traditionele wijze, door eerste koude persing.

Zonder kleurstoffen en bewaarmiddelen.

Ingrediënten: olijfolie*.

*afkomstig van BIOLOGISCHE LANDBOUW

Gebruik: ideaal als dressing bij slaatjes, voor de bereiding van sauzen of marinades.

Zuurtegraad: maximum 0,2°.

Smaak: zoete groene amandel met bittere en kruidige afdrank.

Denominatie: Priego de Córdoba



	EAN code	Artikelnummer	Inhoud	Eenh./verpakking
Appelazijn bio	8422947830069	bioAL83006	250 ml e	12
Appelazijn bio	8422947830113	bioAL83010	750 ml e	6
Balsamico appelazijn bio	8422947830076	bioAL83007	250 ml e	12
Olijfolie Parqueoliva bio	8423397141453	bioAL14145	500 ml e	12
Olijfolie Parqueoliva bio	8423397142009	bioAL14144	3000 ml e	4



PLANTAARDIGE DRANKEN

100% biologische melkvervangende dranken voor een goede gezondheid. Verfrissend en voedzaam. Gemakkelijk te verteren, zonder cholesterol, lactose en eieren. Gezien de plantaardige dranken van Soria Natural geen lactose bevatten, zijn ze een goed alternatief voor personen met een voedselallergie en/ of lactose-intolerantie.

Bewaring: bewaar in een frisse, droge en donkere plaats. Eenmaal geopend, in de koelkast bewaren en binnen de 5 dagen gebruiken.

RIJSTDRANK

Licht verteerbaar, glutenvrij en goed voor de cholesterol. Heeft een zoete smaak, bevat weinig calorieën en is gunstig bij diarree.



Ingrediënten:

gemicrofiltreerd water, rijst* (14,5%), zonnebloemolie*, zeezout, algenextract (carrageen).

* afkomstig van BIOLOGISCHE LANDBOUW

Gebruik: als vervanging voor dierlijke melk of sojamelk bij het ontbijt, in shakes en desserts, enz.

Energetische en voedingswaarde (per 100 ml)	
Energetische waarde	50 kcal/ 211,25 kJ
Proteïnen	0,8 g
Koolhydraten waarvan	9,45 g
suiker	4,3 g
lactose	0 g
Vetten waarvan	1 g
verzadigd	0,13 g
mono-onverzadigd	0,60 g
poly-onverzadigd	0,22 g
cholesterol	0 mg
Vezels	0,12 g
Natrium	0,1 g
<i>*Kan sporen van gluten, soja en noten bevatten.</i>	

RIJSTDRANK MET QUINOA

Licht verteerbaar, glutenvrij en goed voor de cholesterol. Heeft een zoete smaak, bevat weinig calorieën en is gunstig bij diarree.



Ingrediënten: gemicrofiltreerd water, rijst* (10,5%), quinoa (1,5%)*, graansiroop, zonnebloemolie*, zeezout, algenextract (carrageen).

* afkomstig van BIOLOGISCHE LANDBOUW

Gebruik: als vervanging voor dierlijke melk of sojamelk bij het ontbijt, in shakes en desserts, enz.

Energetische en voedingswaarde (per 100 ml)	
Energetische waarde	49,05 kcal/ 207,4 kJ
Proteïnen	0,42 g
Koolhydraten waarvan	9,97 g
suiker	6,43 g
Vetten waarvan	0,81 g
verzadigd	0,07 g
mono-onverzadigd	0,25 g
poly-onverzadigd	0,46 g
cholesterol	0 mg
Vezels	0,1 g
Natrium	0,1 g
<i>*Kan sporen van gluten, soja en noten bevatten.</i>	

RIJSTDRANK MET CHIA

Licht verteerbaar, glutenvrij en goed voor de cholesterol. Heeft een zoete smaak, bevat weinig calorieën en is gunstig bij diarree.



Ingrediënten: gemicrofiltreerd water, volkoren rijst*, chia*, zonnebloemolie*, zeezout, natuurlijk aroma.

* afkomstig van BIOLOGISCHE LANDBOUW

Gebruik: als vervanging voor dierlijke melk of sojamelk bij het ontbijt, in shakes en desserts, enz.

Energetische en voedingswaarde (per 100 ml)	
Energetische waarde	44,66 kcal/ 188,56 kJ
Proteïnen	0,41 g
Koolhydraten waarvan	8,59 g
suiker	6,18 g
Vetten waarvan	0,94 g
verzadigd	0,09 g
mono-onverzadigd	0,29 g
poly-onverzadigd	0,54 g
cholesterol	0 mg
Vezels	0,1 g
Natrium	0,1 g
<i>*Kan sporen van gluten, soja en noten bevatten.</i>	

PLANTAARDIGE DRANKEN

ALPISTEDRANK

Zeer voedzaam en antioxidant. Bevat veel natuurlijke lipase. Goed voor de cholesterol, bij opgeblazen gevoel en om het gewicht onder controle te houden.



Ingrediënten: gemicrofiltreerd water, alpiste* (13,5%), zonnebloemolie*, natuurlijk aroma en zeezout.

* afkomstig van BIOLOGISCHE LANDBOUW

Gebruik: als vervanging voor dierlijke melk of sojamelk bij het ontbijt, in shakes en desserts.

Energetische en voedingswaarde (per 100 ml)	
Energetische waarde	45,02 kcal/ 189,89 kJ
Proteïnen	1,17 g
Koolhydraten	7,11 g
Vetten waarvan	1 g
verzadigd	0,1281 g
mono-onverzadigd	0,453 g
poly-onverzadigd	0,404 g
cholesterol	0 mg
Vezels	0,39 g
Natrium	0,1 g
*Kan sporen van gluten en soja bevatten.	

HAVERDRANK

Voedzaam en zenuwversterkend.



Ingrediënten: microgefilterd water, haver* (12%), zonnebloemolie* en zeezout.

* afkomstig van BIOLOGISCHE LANDBOUW

Gebruik: als vervanging voor dierlijke melk of sojamelk bij het ontbijt, in shakes en desserts, enz.

Energetische en voedingswaarde (per 100 ml)	
Energetische waarde	38,51 kcal/ 162,05 kJ
Proteïnen	0,99 g
Koolhydraten waarvan	6,07 g
suiker	0,5 g
glucose	0,2 g
lactose	0 g
Vetten waarvan	0,95 g
verzadigd	0,13 g
mono-onverzadigd	0,3 g
poly-onverzadigd	0,48 g
cholesterol	0 mg
Vezels	0,86 g
Natrium	0,13 g
*Kan sporen van gluten, soja en noten bevatten.	

SOJADRANK

Rijk aan calcium (120 mg/ 100 ml) (Litotanium calcareum) en magnesium (70 mg/ 100 ml). Licht verteerbaar en glutenvrij.



Ingrediënten: microgefilterd water, sojabonen* (13,6%), graansiroop*, algen (Lithothamnium calcareum), zeezout en natuurlijk aroma.

* afkomstig van BIOLOGISCHE LANDBOUW

Gebruik: als vervanging voor dierlijke melk of sojamelk bij het ontbijt, in shakes en desserts, enz.

Energetische en voedingswaarde (per 100 ml)	
Energetische waarde	33,7 kcal/ 141,9 kJ
Proteïnen	3,4 g
Koolhydraten waarvan	2,7 g
suiker	1,5 g
lactose	0 g
Vetten waarvan	0,86 g
verzadigd	0,13 g
mono-onverzadigd	0,17 g
poly-onverzadigd	0,47 g
cholesterol	0 mg
Vezels	0,8 g
Natrium	0,08 g
Calcium	120 mg (15%**)
Magnesium	70 mg (18,6%**)
IJzer	0,7 mg (5%)
*Kan sporen van gluten, soja en noten bevatten. ** Dagelijks aanbevolen hoeveelheid.	

PUNIDOX

Biologische vruchtendrank op basis van granaatappel, zwarte bes en mangostan met een hoge antioxidant capaciteit. 1 glas van 200 ml draagt 20.000 ORAC-eenheden bij aan onze dagelijkse voeding. Dit is 3



maal de aanbevolen hoeveelheid door het FDA (Food and Drug Administration) om de vrije radicalen in ons lichaam te neutraliseren via de voeding. Zonder bewaarmiddelen en kleurstoffen.

Energetische en voedingswaarde (per 100 ml)	
Energetische waarde	70,13 kcal/ 297,56 kJ
Proteïnen	0,225 g
Koolhydraten waarvan	16,7 g
suiker	8,7 g
Vetten	0,110 g
Natrium	0,3 g

Ingrediënten: granaatappel* (50%), water, zwarte bes* (15%), oersuiker* en mangostan (9%).

* afkomstig van BIOLOGISCHE LANDBOUW

Gebruik: klaar voor gebruik.

Tip: voor een lekkere smoothie: mix enkele aardbeien en voeg ongeveer dezelfde hoeveelheid Punidox toe. Bewaar in de koelkast.

	EAN code	Artikelnummer	Inhoud	Eenh./verpakking
Rijstdrank bio	8422947900021	bioAL90002	1000 ml e	12
Rijstdrank met quinoa bio	8422947900182	bioAL90018	1000 ml e	12
Rijstdrank met chia bio	8422947900229	bioAL90022	1000 ml e	12
Alpistedrank bio	8422947900137	bioAL90013	1000 ml e	12
Haverdrink	8422947900014	bioAL90001	1000 ml e	12
Sojadrank bio	8422947900007	bioAL90000	1000 ml e	12
Punidox bio	8422947061111	bioAL06111	1000 ml e	12

BERGHONING



Honing is een plantaardig product. De berghoning van SORIA NATURAL komt van bijen die leven op grote hoogte (1200 – 3000 m), ver weg van iedere vorm van pollutie. De honing wordt koud geslingerd en is een heerlijke mengeling van den, lavendel, tijm, rozemarijn, marjolein en heide.

Samenstelling: 15-21% water, 70-80% suikers (40% fructose, 30% glucose, 10% meervoudige suikers). Enzymen: sacharase, amylase, glucoseoxidase, fosfatase, katalase; mineralen: kalium 30-55%, natrium 3-10%, calcium 0,5-8%, fosfor 3-26%, magnesium 0,5-2%, zwavel 0,5-4%, chloor 1-21%, silicium 0,2-5%, ijzer, koper, mangaan, vitaminen: C, B1, B2, biotine, pantotheenzuur, foliumzuur, gluconzuur, azijnzuur, melkzuur, barnsteenzuur, mierzuur, citroenzuur, boterzuur, vluchtige oliën, pnocebrine. Amino-zuren: 14 essentiële amino-zuren, vooral proline en acetylcholine.

Gebruik: kan zowel inwendig als uitwendig gebruikt worden.

POLLEN

Pollen is het stuifmeel dat de bijen aan hun pootjes verzamelen voor hun voeding. Het is een bron van amino-zuren en vitaminen en bevat een grote hoeveelheid mineralen.

Pollen worden sterk gewaardeerd door sporters, kinderen in de groei en personen die herstellend zijn van ziekte.

Samenstelling: 4% water; 30% koolhydraten; 20% eiwitten en 10% amino-zuren; alanine, arginine, asparaginezuur, cystine, glycine, glutaminezuur, histidine, hydroxyproline, leucine, isoleucine, lysine, methionine, fenylalanine, tryptofaan, proline, serine, threonine, valine en alfa-aminoboterzuur. Mineralen: kalium 20-40%, fosfor 1-20%, calcium 1-15%, magnesium 1-12%, silicium 2-10%, mangaan 1-1,4%, zwavel 1%, ijzer, koper, chloor. Vitaminen: A, D, E, B1, B2, B3, B6, B12, pantotheenzuur, foliumzuur, vit. C, biotine en vit. P.

Vetten 10%: 50% onverzadigde vetzuren, linolzuur, linoleenzuur. Enzymen: cozymase, diaforase, SOD, fosfatase, cytochromoxidase.

Gebruik: 15 g per dag of 1 eetlepel puur of als broodbeleg, of mengen in soja-, haver-, spelt-, quinoa-, alpistedrank of yoghurt.

Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Energetische waarde	409,74 kcal/ 1714,35 kJ
Proteïnen	17,24 g
Koolhydraten	76,34 g
Vetten	4,36 g

	EAN code	Artikelnummer	Inhoud	Eenh./verpakking
Berghoning	8422947060510	6050	1 kg e	12
	8422947060503	6051	0,5 kg e	20
Pollen	8422947061401	6040	225 g e	20

PLANTAARDIGE PATÉ

De plantaardige paté is een gezond en evenwichtig beleg met 100% plantaardige en biologische ingrediënten. Ze zijn glutenvrij en bevatten geen bewaarmiddelen of kleurstoffen. De patés zijn gemaakt met olijfolie en zijn zeer voedzaam. Ze hebben een aangename, zachte smaak en een romige, homogene textuur.

Gebruik: als beleg op sandwiches, toast, brood en voor de bereiding van sauzen.

Bewaring: na opening in de koelkast bewaren.

PATÉ MET TOFU EN GROENTEN



Ingrediënten: tofu (39%) (water, nigari en sojabonen*), zonnebloemolie*, wortel*, olijfolie*, rode peper*, microgefilterd water, zeezout en oregano*.

* afkomstig van BIOLOGISCHE LANDBOUW

Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Energetische waarde	241,42 kcal/ 999,81 kJ
Proteïnen	5,43 g
Koolhydraten	7,72 g
Vetten	20,98 g
Cholesterol	0 mg
Natrium	0,67 g

**Kan sporen van gluten, soja, sesam en noten bevatten.*

PATÉ VAN GROENE OLIJVEN



Ingrediënten: groene olijven*, microgefilterd water, aardappelzetmeel*, olijfolie*, look*, zeezout, bonenkruid* en carrageen.

* afkomstig van BIOLOGISCHE LANDBOUW

Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Energetische waarde	220,32 kcal/ 909,86 kJ
Proteïnen	0,64 g
Koolhydraten	6,74 g
Vetten	21,2 g
Cholesterol	0 mg
Natrium	0,24 g

**Kan sporen van gluten, soja, sesam en noten bevatten.*

PATÉ VAN ARTISJOK



Ingrediënten: artisjok* (66%), olijfolie*, aardappelzetmeel*, microgefilterd water*, ui*, zeezout en carrageen.

* afkomstig van BIOLOGISCHE LANDBOUW

Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Energetische waarde	208,16 kcal/ 863,18 kJ
Proteïnen	1,4 g
Koolhydraten	11,94 g
Vetten	17,2 g
Cholesterol	0 mg
Natrium	0,42 g

**Kan sporen van gluten, soja, sesam en noten bevatten.*

PATÉ VAN CHAMPIGNONS



Ingrediënten: champignons* (37%), microgefilterd water*, olijfolie*, aardappelzetmeel*, biergist, ui*, zeezout en carrageen.

* afkomstig van BIOLOGISCHE LANDBOUW

Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Energetische waarde	212,46 kcal/ 881,58 kJ
Proteïnen	2,7 g
Koolhydraten	11,94 g
Vetten	17,1 g
Cholesterol	0 mg
Natrium	0,35 g

**Kan sporen van gluten, soja, sesam en noten bevatten.*

	EAN code	Artikelnummer	Inhoud	Eenh./verpakking
Paté met tofu en groenten bio	8422947520120	bioAL52012	50 g e	12
Paté van groene olijven bio	8422947520236	bioAL52023	50 g e	12
Paté van artisjok bio	8422947520212	bioAL52021	50 g e	12
Paté van champignons bio	8422947520229	bioAL52022	50 g e	12



SNACKS

De snacks worden op artisanale wijze bereid en zijn gemaakt met biologische ingrediënten van de beste kwaliteit. Een lekker en gezond tussendoortje of als aperitief. Gefrituurd in biologische olijfolie van eerste koude persing. Laag zoutgehalte. Verpakt in een beschermende atmosfeer. Zonder bewaarmiddelen.

Bewaring: op een droge en koele plaats bewaren.

CHIPS VEGETAL MIX

Ingrediënten: aardappel* (47%), wortel* (43%), rode biet* (10%), olijfolie* van eerste koude persing en zeezout.

* afkomstig van BIOLOGISCHE LANDBOUW



Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Energetische waarde	558,9 kcal/ 2327,5 kJ
Proteïnen	4,43 g
Koolhydraten	49,34 g
Vetten waarvan	38,20 g
verzadigd	4,47 g
mono-onverzadigd	29,25 g
poly-onverzadigd	2,70 g
cholesterol	0 mg
Natrium	0,12 g
<i>*Kan sporen van gluten en soja bevatten.</i>	

CHIPS ZOUT

Ingrediënten: aardappel*, olijfolie* van eerste koude persing en zeezout.

* afkomstig van BIOLOGISCHE LANDBOUW



Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Energetische waarde	531,2 kcal/ 2211,2 kJ
Proteïnen	5 g
Koolhydraten	44,1 g
Vetten waarvan	37,2 g
verzadigd	5,63 g
mono-onverzadigd	28,49 g
poly-onverzadigd	3 g
cholesterol	0 mg
Natrium	0,12 g
<i>*Kan sporen van gluten, soja, sesam en zonnebloempitten bevatten.</i>	

	EAN code	Artikelnummer	Inhoud	Eenh./verpakking
Chips vegetal mix bio	8422947800338	bioAL80033	30 g e	15
Chips zout bio	8422947800314	bioAL80031	125 g e	12



VOLKOREN KOEKJES

Deze krokante koekjes worden gemaakt met volkoren tarwe van biologische teelt. Er is inuline toegevoegd om een voedzaam, krokant koekje te bekomen met een evenwichtige samenstelling. Hoog vezelgehalte (7%). Zonder cholesterol (0%). Geproduceerd volgende de Europese normen voor biologische landbouw. Zonder bewaarmiddelen en kleurstoffen.

Bewaring: op een droge en koele plaats bewaren.

VOLKOREN KOEKJES MET ANIJS



Ingrediënten: volkoren tarwemeel*, fructose, zonnebloemolie*, anijs* (4%), inuline, natrium- en ammoniumbicarbonaat (rijsmiddel), zeezout en natuurlijk aroma.

* afkomstig van BIOLOGISCHE LANDBOUW

Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Energetische waarde	425,54 kcal/ 1789,17 kJ
Proteïnen	6,61 g
Koolhydraten	67,7 g
Vetten waarvan	12,7 g
verzadigd	2,63 g
stearinezuur	1,73 g
palmitinezuur	0,9 g
mono-onverzadigd	8,21 g
oliezuur	8,21 g
poly-onverzadigd	0,45 g
linoleenzuur	0,45 g
onbepaald	1,41 g
cholesterol	0 mg
Vezels	7 g
Natrium	0,8 g
<i>*Bevat granen en gluten, kan sporen van sesam, noten, afgeleiden van zuivelproducten en eieren bevatten.</i>	

VOLKOREN KOEKJES MET MELISSE



Ingrediënten: volkoren tarwemeel*, fructose, zonnebloemolie*, melisse* (2%), inuline, natrium- en ammoniumbicarbonaat (rijsmiddel), zeezout en natuurlijk aroma.

* afkomstig van BIOLOGISCHE LANDBOUW

Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Energetische waarde	425,34 kcal/ 1788,57 kJ
Proteïnen	6,61 g
Koolhydraten	68,1 g
Vetten waarvan	12,5 g
verzadigd	2,6 g
stearinezuur	1,69 g
palmitinezuur	0,91 g
mono-onverzadigd	8,06 g
oliezuur	8,06 g
poly-onverzadigd	0,37 g
linoleenzuur	0,37 g
onbepaald	1,47 g
cholesterol	0 mg
Vezels	7 g
Natrium	0,8 g
<i>*Bevat granen en gluten, kan sporen van sesam, noten, afgeleiden van zuivelproducten en eieren bevatten.</i>	

	EAN code	Artikelnummer	Inhoud	Eenh./verpakking
Koekjes met anijs	8422947060183	AL06018	165 g e	24
Koekjes met melisse	8422947060190	AL06019	165 g e	24



BOUILLONBLOKJES



Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Energetische waarde	223,2 kcal/ 928,5 kJ
Proteïnen	7,2 g
Koolhydraten	22,5 g
Vetten	11,6 g
*Kan sporen van gluten bevatten.	

Plantaardig concentraat met een heerlijk aroma en smaak. Ideaal om verschillende gerechten op smaak te brengen. Zonder additieven. Zonder glutamaten. Zonder bewaarmiddelen en kleurstoffen.

Ingrediënten: gedehydrateerde groenten (selder, prei, wortel en ui), hydrolysaat van soja en groenten, zonnebloemolie, lactose, zeezout en maïszetmeel.

Gebruik: gebruik 1 bouillonblokje mer 0,5 l water om een goede bouillon te bekomen, 1 blokje soep, of ¼ blokje in spaghetti, pastan, enz.

Bewaring: op een droge en koele plaats bewaren.



TARWEKIEMEN



Natuurlijk product, bekomen uit gemalen tarwe. Hoog gehalte aan vitaminen (vit. E, B-groep, etc.). Belangrijke bron van proteïnen, aminozuren, koolhydraten, mineralen en oligoelementen.

Zonder bewaarmiddelen en additieven.

Ingrediënten: 100% tarwekiemen (NGMO: niet genetisch gemanipuleerd).

Gebruik: 2-4 koffielepels per dag.

Bewaring: op een droge en koele plaats bewaren.

Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Energetische waarde	381,2 kcal/ 1611,1 kJ
Proteïnen	23,5 g
Koolhydraten	55,6 g
Vetten	7,2 g
*Bevat gluten en kan sporen van soja bevatten.	



NATURCITINE



Sojalecithine met een hoge energiewaarde die snel opgenomen wordt. Hoog gehalte aan fosfolipiden (98%

van alle vetten), waarvan de grootste groep de fosfatidylcholine is. Deze stof heeft een gunstig effect op het vetgehalte in het bloed, het metabolisme van cholesterol, de mentale functie en het geheugen.

Zonder bewaarmiddelen en additieven.

Ingrediënten: sojalecithine (NGMO: niet genetisch gemanipuleerd).

Gebruik: 2-3 theelepels per dag, puur of gemengd in andere voeding.

Bewaring: op een droge en koele plaats bewaren.

Gecontroleerd product: er zijn geen genetisch gemanipuleerde organismen aanwezig (methode MEB.01 PCR (P35x-TNOS))

Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Energetische waarde	828 kcal/ 3406, kJ
Proteïnen	0,5 g
Koolhydraten	4 g
Vetten	90 g



QUERCUS (VERVANGKOFFIE)

Zonder cafeïne. 10% vezels. Vervanger voor koffie met een heerlijke smaak en aroma. Door de zenuwachtigheid of van de dag gedronken worden. Zonder bewaarmiddelen, kleurstoffen en additieven.



Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Vezels	10 g

samenstelling, zonder cafeïne, veroorzaakt Quercus geen slaapproblemen, en kan het dus op om het even welk moment

Ingrediënten: graan, eikels, noten en concentraat van cichoreivezels.

Gebruik: los op naar smaak in een kop melk of water.

Bewaring: op een droge en koele plaats bewaren.



CHIAZAADJES



Bron van proteïnen en onverzadigde vetzuren (omega 3). Zonder zout.

Chiazaadjes zijn rijk aan onverzadigde vetzuren (ongeveer 90% van de vetten) en aan natuurlijke antioxidanten (flavonoïden 375 mg/100 g), die beschermen tegen oxidatie en vroegtijdige celveroudering. Dankzij het hoog vezelgehalte kunnen Chiazaadjes ook helpen bij de correcte van voedingstekorten. Ze hebben een positieve invloed op de darmtransit en zorgen voor een verzadigd gevoel.

Zonder bewaarmiddelen en kleurstoffen

Ingrediënten: chiazaadjes (*Salvia hispanica* L.).

Gebruik: de zaadjes kunnen gemalen worden. Voeg 2 x per dag een koffielepel toe aan plantaardige melk, yoghurt, sap, granen, enz. De zaadjes kunnen ook geweekt worden, zodat de slijmstoffen opzwellen.

Bewaring: op een droge en koele plaats bewaren.

Energetische en voedingswaarde (per 100 g)		Aminozuren (per 100 g)			
Energetische waarde	450,50 kcal/ 1856,96 kJ	Asparaginezuur	1,53 g	Methionine	0,32 g*
Proteïnen	17,6 g	Threonine	0,68 g*	Isoleukine	0,57 g*
Koolhydraten	3,88 g	Serine	1,08 g	Leukine	1,14 g*
Vetten waarvan	33,4 g	Glutaminezuur	2,82 g	Tyrosine	0,50 g*
verzadigd	3,51 g	Proline	0,65 g	Fenylalanine	0,90 g*
mono-onverzadigd	2,57 g	Hydroxiproline	0,08 g	Lysine	0,69 g*
poly-onverzadigd	27,15 g	Glycine	0,93 g	Histidine	0,48 g*
cholesterol	0 mg	Alanine	0,95 g	Arginine	1,78 g*
Vezels	32 g	Cysteïne	0,27 g	Tryptofaan	0,24 g*
Natrium	0,0015 g	Valine	0,72 g*	*Essentieel aminozuur	



DIETVOEDING

OLITOMATE BIO

Mediterraans ontbijt.

Geproduceerd volgens de Europese normen voor biologische landbouw. Zonder bewaarmiddelen en kleurstoffen.



Ingrediënten: tomaat*, olijfolie* van eerste koude persing, xanthaangom en zeezout.

* afkomstig van BIOLOGISCHE LANDBOUW

Gebruik: ideaal als beleg op brood, toast, beschuiten, etc.

Bewaring: na opening in de koelkast bewaren.

Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Energetische waarde	208,5 kcal/ 861,04 kJ
Proteïnen	1,11 g
Koolhydraten	6,01 g
Vetten waarvan	20 g
verzadigd	2,85 g
mono-onverzadigd	15,52 g
poly-onverzadigd	1,01 g
cholesterol	0 mg
Vezels	0,1 g
Natrium	0,45 g

**Kan sporen van gluten, soja, noten, sesam en selder bevatten.*



HAVERZEMELEN BIO

Gunstig effect op de cholesterol.

Dankzij hoog gehalte aan oplosbare vezels, zijn de zemelen zeer geschikt om de hoeveelheid vezels in het dieet te verhogen.

Vele studies hebben de regelende werking op de transit, de glucoseabsorptie en de cholesterol aangetoond. Zonder bewaarmiddelen, kleurstoffen en additieven.



Ingrediënten: haverzemelen* 100%.

* afkomstig van BIOLOGISCHE LANDBOUW

Gebruik: 1 tot 3 soeplepels per dag, puur of in plantaardige melk.

Bewaring: op een droge en koele plaats bewaren.

Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Energetische waarde	290 kcal/ 1204,44 kJ
Proteïnen	10,61 g
Koolhydraten	29,03 g
Vetten waarvan	4,8 g
verzadigd	1,13 g
palmitinezuur	1,04 g
stearinezuur	0,09 g
mono-onverzadigd	1,65 g
oliezuur	1,65 g
poly-onverzadigd	1,99 g
linoleenzuur	1,85 g
alfa-linoleenzuur	0,14 g
Cholesterol	0 mg
Vezels	44,12 g
Natrium	0,007 g

**Bevat gluten.*



	EAN code	Artikelnummer	Inhoud	Eenh./verpakking
Bouillonblokjes	8422947060404	0007	107 g e	24
Tarwekiemen	8422947061289	AL06128	300 g e	18
Naturcitine	8422947061128	6011	400 g e	12
Quercus	8422947060381	AL06038	100 g e	12
Chia zaadjes	8422947060411	AL06041	250 g e	8
Olitomate bio	8422947289362	bioAL80101	2 x 25 g e	12
Haverzemelen bio	8422947540401	bioAL54040	250 g e	12

ZOETSTOFFEN MET STEVIA

STEVIA DRUPPELS



Zoetstof op basis van stevia (Stevia rebaudiana).

Ingrediënten: geglycerineerd water met steviolglycosiden uit stevia (98% rebaudioside).

Gebruik: zoetstof voor dranken, desserts, enz. 1 druppel in een kop koffie, thee enz. volstaat.

Bewaring: op een droge en koele plaats bewaren.

1 g Steviat = 480 g suiker

1 druppel Steviat = 4 tot 6 klontjes suiker

Overmatig gebruik kan een laxerend effect hebben.

STEVIA TABLETTEN



Zoetstof op basis van stevia (Stevia rebaudiana) en xylitol.

Ingrediënten: xylitol met steviolglycosiden uit een stevia (98% rebaudioside), magnesiumstearaat, siliciumdioxide.

Gebruik: zoetstof voor warme en koude dranken. 1 tablet in koffie, thee, enz. volstaat.

Bewaring: op een droge en koele plaats bewaren.

Overmatig gebruik kan een laxerend effect hebben.

	EAN code	Artikelnummer	Inhoud	Eenh./ verpakking
Steviat druppels	8422947061265	AL06126	30 ml e	12
Steviat tabletten	8422947061258	AL06125	200 x 50 mg e	12

SPELTPASTA

Bereid met volkoren meel van primitieve spelt (100%) (*Triticum monococcum* L.). Geproduceerd volgens de Europese normen voor biologische landbouw.

Heel laag natriumgehalte. Hoog vezelgehalte.

Zonder bewaarmiddelen kleurstoffen en additieven.

Gebruik: 100 g pasta koken in een liter water met een snuifje zout gedurende 3-4 minuten. Afgieten en op smaak brengen.

Bewaring: op een droge en koele plaats bewaren.

SPIRELLI VAN SPELT

(3 KLEUREN)

Ingrediënten: pasta (33%): volkoren (primitief) speltmeel*; wortel (33%): volkoren (primitief) speltmeel*, gedehydrateerde wortelen* (min. 12%); spinazie en snijbiet (33%): volkoren (primitief) speltmeel*, gedehydrateerde spinazie* (min. 2,5%), gedehydrateerde snijbiet* (min. 1%).

* afkomstig van BIOLOGISCHE LANDBOUW



Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Energetische waarde	314,44 kcal/ 1334,07 kJ
Proteïnen	10,3 g
Koolhydraten	64,17 g
Vetten waarvan	1,84 g
verzadigd	0,332 g
myristinezuur	0,013 g
palmitinezuur	0,296 g
stearinezuur	0,023 g
mono-onverzadigd	0,433 g
oliezuur	0,433 g
poly-onverzadigd	1,065 g
linoleenzuur	0,998 g
alfa-linoleenzuur	0,058 g
gamma-linolzuur	0,009 g
Cholesterol	0 mg
Vezels	12,33 g
Natrium	0,09 g

**Bevat graan met gluten en kan sporen van soja bevatten.*

SPELTPASTA MET BOLETEN

Ingrediënten: volkoren (primitief) speltmeel*, gedehydrateerde Boletus sp* (min. 4%).

* afkomstig van BIOLOGISCHE LANDBOUW



Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Energetische waarde	322,24 kcal/ 1367,22 kJ
Proteïnen	11,37 g
Koolhydraten	65,05 g
Vetten waarvan	1,84 g
verzadigd	0,283 g
palmitinezuur	0,283 g
mono-onverzadigd	0,443 g
oliezuur	0,443 g
poly-onverzadigd	1,014 g
linoleenzuur	0,840 g
alfa-linoleenzuur	0,036 g
gamma-linolzuur	0,138 g
Cholesterol	0 mg
Vezels	10,18 g
Natrium	0,018 g

**Bevat graan met gluten en kan sporen van soja bevatten.*



SPELTPASTA

SPELTPASTA MET ARTISJOK

Ingrediënten: volkoren (primitief) speltmeel*, gedehydrateerde artisjok* (min. 2,5%).
* afkomstig van BIOLOGISCHE LANDBOUW



Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Energetische waarde	325,7 kcal/ 1383,2 kJ
Proteïnen	10,38 g
Koolhydraten	69,2 g
Vetten waarvan	0,82 g
verzadigd	0,146 g
palmitinezuur	0,136 g
stearinezuur	0,01 g
mono-onverzadigd	0,213 g
oliezuur	0,213 g
poly-onverzadigd	0,459 g
linoleenzuur	0,436 g
alfa-linoleenzuur	0,023 g
Cholesterol	0 mg
Vezels	10,39 g
Natrium	0,018 g

**Bevat graan met gluten en kan sporen van soja bevatten.*

	EAN code	Artikelnummer	Inhoud	Eenh./ verpakking
Spirelli van spelt bio	8422947840020	bioAL84002	250 g e	18
Speltpasta met boleten bio	8422947840037	bioAL84003	250 g e	12
Speltpasta met artisjok bio	8422947840044	bioAL84004	250 g e	12



RIJSTPASTA

Lichte pasta bereid met volkoren rijstmeel (100%). Geproduceerd volgens de Europese normen voor biologische landbouw.

Makkelijk te verteren, 100% plantaardig en biologisch. Gluten/ ei vrije producten die geschikt zijn voor mensen met voedselintoleranties.

Zonder bewaarmiddelen kleurstoffen en additieven.

LETTERS EN CIJFERS VAN VOLKOREN RIJST

Ingrediënten: volkoren rijst* meel (98%), verdikkingsmiddel: xanthaangom.

*afkomstig van BIOLOGISCHE LANDBOUW



Gebruik: 5 minuten laten koken in gezouten water.

Bewaring: op een droge en koele plaats bewaren.

Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Energetische waarde	354,5 kcal/ 1500,9 kJ
Proteïnen	6,36 g
Koolhydraten waarvan	73,68 g
suikers	0,98 g
Vetten waarvan	2,77 g
verzadigd	0,573 g
mono-onverzadigd	1,092 g
poly-onverzadigd	1,083 g
Vezels	4,72 g
Natrium	0,048 g

**Kan sporen van soja bevatten.*

SPIRELLI VAN VOLKOREN RIJST

Ingrediënten: volkoren rijst* meel (98%), verdikkingsmiddel: xanthaangom.

*afkomstig van BIOLOGISCHE LANDBOUW



Gebruik: 8 minuten laten koken in gezouten water.

Bewaring: op een droge en koele plaats bewaren.

Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Energetische waarde	362,4 kcal/ 1534,4 kJ
Proteïnen	6,41 g
Koolhydraten waarvan	75,66 g
suikers	1,73 g
Vetten waarvan	2,69 g
verzadigd	0,550 g
mono-onverzadigd	1,050 g
poly-onverzadigd	1,060 g
Vezels	4,96 g
Natrium	0,073 g

**Kan sporen van soja bevatten.*

MACARONI VAN VOLKOREN RIJST

Ingrediënten: volkoren rijst* meel (98%), verdikkingsmiddel: xanthaangom.

*afkomstig van BIOLOGISCHE LANDBOUW



Gebruik: 8 minuten laten koken in gezouten water.

Bewaring: op een droge en koele plaats bewaren.

Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Energetische waarde	354,5 kcal/ 1500,9 kJ
Proteïnen	6,36 g
Koolhydraten waarvan	73,68 g
suikers	0,98 g
Vetten waarvan	2,77 g
verzadigd	0,573 g
mono-onverzadigd	1,092 g
poly-onverzadigd	1,083 g
Vezels	4,72 g
Natrium	0,048 g

**Kan sporen van soja bevatten.*



RIJSTPASTA

NOEELS VAN VOLKOREN RIJST

Ingrediënten: volkoren rijst*
meel (98%),
verdikkingsmiddel:
xanthaangom.
*afkomstig van BIOLOGISCHE
LANDBOUW



Gebruik: 2 minuten laten
koken in gezouten water.

Bewaring: op een droge en koele plaats bewaren

Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Energetische waarde	354,5 kcal/ 1500,9 kJ
Proteïnen	6,36 g
Koolhydraten waarvan	73,68 g
suikers	0,98 g
Vetten waarvan	2,77 g
verzadigd	0,573 g
mono-onverzadigd	1,092 g
poly-onverzadigd	1,083 g
Vezels	4,72 g
Natrium	0,048 g
<i>*Kan sporen van soja bevatten.</i>	

	EAN code	Artikelnummer	Inhoud	Eenh./ verpakking
Letters en cijfers bio	8422947400514	bioCE40051	250 g e	18
Spirelli van volkoren rijst bio	8422947400521	bioCE40052	250 g e	18
Macaroni van volkoren rijst bio	8422947400538	bioCE40053	250 g e	18
Noedels van volkoren rijst bio	8422947400507	bioCE40050	250 g e	18

BRONWATER

MONTE PINOS BERGWATER



Natuurlijk bergwater van een duizend meter hoge bron gelegen in het ongerepte berggebied in de Spaanse provincie Soria. Zachte smaak met een hoge zuiverheidsgraad, rijk aan mineralen, arm aan natrium. Het water wordt gepresenteerd in gerecycleerde PET-flessen. Aanbevolen voor natriumarme diëten.

Bewaring: op een droge en koele plaats bewaren.

	EAN code	Artikelnummer	Inhoud	Eenh./ verpakking
Monte Pinos bergwater	8414932001325	0003	0,5 l e	35
Monte Pinos bergwater	8414932001257	0005	1,5 l e	6
Monte Pinos bergwater	8414932001349	0008	5 l e	4

GESNEDEN BROOD VIERKANT

Glutenvrij gesneden brood met de lekkere smaak van artisaanaal brood, gebakken in de houtoven.



Verpakt in een beschermende atmosfeer.

Ingrediënten: maïszetmeel, water, vlkoren rijstmeel, volkoren meel van kikkererwten, olijfolie, gist, cellulose (stabilisator), xanthaangom, zeezout, glyceriden van vetzuren (emulgator), tocoferolrijk extract (antioxidant), calciumpropionaat (bewaarmiddel), citroenzuur.

Gebruik: klaar voor gebruik, kan geroosterd of opgewarmd worden in de microgolfoven (15 sec).

Bewaring: op een droge en koele plaats bewaren. Na opening binnen de 5 dagen gebruiken.

Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Energetische waarde	263,16 kcal/ 1109,3 kJ
Proteïnen	2,57 g
Koolhydraten waarvan	48,05 g
suikers	1,47 g
Vetten waarvan	6,04 g
verzadigd	0,8945 g
mono-onverzadigd	4,6405 g
poly-onverzadigd	0,5049 g
Cholesterol	0 mg
Vezels	3,16 g
Natrium	0,59 g

TOASTBROOD

Glutenvrij toastbrood met de lekkere smaak van artisaanaal brood, gebakken in de houtoven. Verpakt in een beschermende atmosfeer.



Ingrediënten: maïszetmeel, water, volkoren rijstmeel, volkoren meel van kikkererwten, olijfolie, gist, cellulose (stabilisator), xanthaangom, zeezout, glyceriden van vetzuren (emulgator), tocoferolrijk extract (antioxidant), calciumpropionaat (bewaarmiddel), citroenzuur.

Gebruik: klaar voor gebruik, kan geroosterd of opgewarmd worden in de microgolfoven (15 sec).

Bewaring: op een droge en koele plaats bewaren. Na opening binnen de 5 dagen gebruiken.

Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Energetische waarde	267,34 kcal/ 1126,17 kJ
Proteïnen	3,32 g
Koolhydraten waarvan	46,71 g
suikers	1,46 g
Vetten waarvan	6,78 g
verzadigd	1,0041 g
mono-onverzadigd	5,2091 g
poly-onverzadigd	0,5668 g
Cholesterol	0 mg
Vezels	3,10 g
Natrium	0,65 g

STOKBROOD

Heerlijk vers glutenvrij stokbrood. Ideaal bij warme gerechten of om te toasten. Verpakt in een beschermende atmosfeer.



Ingrediënten: maïszetmeel, water, volkoren rijstmeel, volkoren meel van kikkererwten, olijfolie, gist, cellulose (stabilisator), xanthaangom, zeezout, glyceriden van vetzuren (emulgator), tocoferolrijk extract (antioxidant), calciumpropionaat (bewaarmiddel), citroenzuur.

Gebruik: klaar voor gebruik, kan geroosterd of opgewarmd worden in de microgolfoven (15 sec).

Bewaring: op een droge en koele plaats bewaren. Na opening binnen de 5 dagen gebruiken.

Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Energetische waarde	366,56 kcal/ 1122,77 kJ
Proteïnen	3,32 g
Koolhydraten waarvan	46,51 g
suikers	1,46 g
Vetten waarvan	6,78 g
verzadigd	1,0041 g
mono-onverzadigd	5,2091 g
poly-onverzadigd	0,5668 g
Cholesterol	0 mg
Vezels	3,10 g
Natrium	0,59 g

BURGERBROODJES



Heerlijke verse glutenvrije burgerbroodjes. Ideaal bij warme gerechten of om te toasten.

Verpakt in een beschermende atmosfeer.

Ingrediënten: maïsmeel, water, bloem van volkoren rijst en kikkererwten, olijfolie, gist, cellulose en xanthaangom (stabilisatoren), zeezout, glyceriden uit vetzuren (emulgator), calciumpropionaat (bewaarmiddel), citroenzuur.

Gebruik: klaar voor gebruik, kan geroosterd of opgewarmd worden in de microgolfoven (15 sec).

Bewaring: op een droge en koele plaats bewaren. Na opening in de koelkast bewaren en binnen de 5 dagen gebruiken.

Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Energetische waarde	264,43 kcal/ 1113,64 kJ
Proteïnen	3,01 g
Koolhydraten waarvan	46,32 g
suikers	1,52 g
Vetten waarvan	6,59 g
verzadigd	0,9760 g
mono-onverzadigd	5,0631 g
poly-onverzadigd	0,5509 g
Cholesterol	0 mg
Vezels	3,90 g
Natrium	0,59 g

RIJST TOASTS BIO

Glutenvrije en biologische rijst toasts. Krokant en licht verteerbaar. Zonder vetten en vezelrijk. Perfect als tussendoortje, bij gerechten of voor het maken van belegde toastjes.



Ingrediënten: volkoren rijstmeel* (99%), zeezout.

* afkomstig van BIOLOGISCHE LANDBOUW

Bewaring: op een droge en koele plaats bewaren.

Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Energetische waarde	350,8 kcal/ 1489,49 kJ
Proteïnen	7,56 g
Koolhydraten waarvan	78,63 g
suikers	0,15 g
Vetten waarvan	0,1 g
verzadigd	0,048 g
mono-onverzadigd	0,030 g
poly-onverzadigd	0,009 g
Vezels	2,57 g
Natrium	1,0 g

RIJST TOASTS MET BOEKWEIT BIO

Ingrediënten: volkoren rijst* meel (74%), volkoren boekweit* meel (25%), zeezout.



* afkomstig van BIOLOGISCHE LANDBOUW

Bewaring: op een droge en koele plaats bewaren.

Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Energetische waarde	354,6 kcal/ 1505,8 kJ
Proteïnen	6,93 g
Koolhydraten waarvan	80,38 g
suikers	0,11 g
Vetten waarvan	0,11 g
verzadigd	0,067 g
mono-onverzadigd	0,036 g
poly-onverzadigd	0,003 g
Vezels	2,19 g
Natrium	1,0 g

RIJST TOASTS MET KASTANJE BIO

Ingrediënten: volkoren rijst* meel (74%), kastanje* meel (25%), zeezout.

* afkomstig van BIOLOGISCHE LANDBOUW

Bewaring: op een droge en koele plaats bewaren.



Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Energetische waarde	355,29 kcal/ 1507,82 kJ
Proteïnen	7,0 g
Koolhydraten waarvan	79,41 g
suikers	0,59 g
Vetten waarvan	0,25 g
verzadigd	0,083 g
mono-onverzadigd	0,106 g
poly-onverzadigd	0,054 g
Vezels	3,7 g
Natrium	1,0 g

RIJST TOASTS MET LIJNZAAD BIO

Ingrediënten: volkoren rijst* meel (88%), lijnzaad* meel (10%), tocoferolrijk extract, zeezout.

* afkomstig van BIOLOGISCHE LANDBOUW

Bewaring: op een droge en koele plaats bewaren.



Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Energetische waarde	377,25 kcal/ 1595,48 kJ
Proteïnen	7,71 g
Koolhydraten waarvan	74,46 g
suikers	0,23 g
Vetten waarvan	4,31 g
verzadigd	1,171 g
mono-onverzadigd	1,524 g
poly-onverzadigd	1,346 g
Vezels	4,89 g
Natrium	1,0 g

RIJST TOASTS MET QUINOA BIO

Ingrediënten: volkoren rijst* meel (74%), quinoa* meel (25%), zeezout.

* afkomstig van BIOLOGISCHE LANDBOUW

Bewaring: op een droge en koele plaats bewaren.



Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Energetische waarde	358,1 kcal/ 1520,39 kJ
Proteïnen	7,63 g
Koolhydraten waarvan	80,20 g
suikers	0,17 g
Vetten waarvan	0,16 g
verzadigd	0,032 g
mono-onverzadigd	0,074 g
poly-onverzadigd	0,046 g
Vezels	2,67 g
Natrium	1,0 g

BROODBAKMEEL

Meel voor de bereiding van glutenvrij brood, pizzabodems, etc.

Geeft een heerlijke smaak en een luchtige

Textuur aan uw brood en gebak.

Met gist en zout.

Ingrediënten: maïszetmeel, volkoren rijstmeel, volkoren meel van kikkererwten, glucose, gist, cellulose (stabilisator), xanthaangom, zeezout.

Gebruik:

Met een broodbakmachine: doe 500 g van de mix in de machine. Voeg daarbij 500 ml water met een temperatuur van 30 à 35°C en roer om tot alle klonters verdwenen zijn. Voeg nu 1 eetlepel olijfolie per 500 g van het mengsel toe.

Stel de broodbakmachine in op het programma voor glutenvrij brood. Haal na afloop het brood uit de machine, en laat het afkoelen op een rooster.

Manueel: meng 500 g van de mix met 350 ml water met een temperatuur van 30 à 35 °C in een kom tot alle klonters verdwenen zijn. Voeg beetje bij beetje 1 eetlepel olijfolie per 500 g van het mengsel toe. Kneed het deeg met de hand (5 à 6 min.) of met een machine (3 à 4 min.) tot een homogene massa. Laat het deeg 15 min. rusten.

Leg het deeg nu in een grote kom en bedek het met een vochtige doek of een transparante folie om de vochtigheid te behouden. Laat 60 min. rusten op een vochtige plaats, aan kamertemperatuur (20 à 30°C). De massa zal verdubbelen in grootte. Geef het deeg nu de gewenste vorm (voor stokbrood, pistolets, ...) en leg het op een bakplaat. Als het deeg blijft plakken aan uw handen, maak deze dan vochtig met olie. Strijk een opgeklopt ei, olie of melk op het deeg voor een gebruide broodkorst. Verwarm de oven voor op 185°C en zet er een vuurvast schaalteje met water in. De hete waterdamp zal zorgen voor een mooie broodkorst. Plaats de bakplaat met het deeg nu voor 60 min. in de oven. De ovendeur moet gedurende de hele tijd gesloten blijven. Haal daarna het brood uit de oven en laat het afkoelen op een rooster.

Bewaring: op een droge en koele plaats bewaren. Na opening nog 1 maand houdbaar.



Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Energetische waarde	355,67 kcal/ 1507,19 kJ
Proteïnen	4,1 g
Koolhydraten waarvan	79,02 g
suikers	3,08 g
Vetten waarvan	1,39 g
verzadigd	0,2158 g
palmitinezuur	0,1698 g
stearinezuur	0,0459 g
mono-onverzadigd	1,0562 g
oliezuur	1,0100 g
palmitoleïnezuur	0,0462 g
poly-onverzadigd	0,1113 g
linolzuur	0,0959 g
alfa-linoleenzuur	0,0154 g
Cholesterol	0 mg
Vezels	5,34 g
Natrium	0,58 g

**Kan sporen van soja bevatten.*

CHOCOLADECAKE

Glutenvrije chocoladecake met een heerlijke smaak en een luchtige textuur. Verpakt in een beschermende atmosfeer.

Ingrediënten: suiker, maïszetmeel, water, volkoren rijstmeel, volkoren meel van kikkererwten, zonnebloemolie, olijfolie, cacapoeder, microkristallijne cellulose (stabilisator), dinatriumdifosfaat

(verdikkingsmiddel), natriumbicarbonaat (ijsmiddel), tocoferolrijk extract (antioxidant), natuurlijk aroma, xanthaangom (emulgator), mono- en diglyceriden van vetzuren, calciumpropionaat (bewaarmiddel), zeezout.

Gebruik: klaar voor gebruik.

Bewaring: op een droge en koele plaats bewaren. Na opening binnen de 5 dagen gebruiken.



Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Energetische waarde	363,3 kcal/ 1522,6 kJ
Proteïnen	5,2 g
Koolhydraten waarvan	48,46 g
suikers	28,65 g
Vetten waarvan	15,8 g
verzadigd	1,5389 g
mono-onverzadigd	4,8364 g
poly-onverzadigd	9,4263 g
Cholesterol	0 mg
Vezels	3,2 g
Natrium	0,27 g

GLUTENVRIJE VOEDING

RIJSTKOEKJES BIO

Glutenvrije rijstkoekjes met een heerlijke smaak. Een gezond, vezelrijk tussendoortje.



Ingrediënten:

tapiocameel*, bloem van volkoren rijst* (30%), oersuiker* (30%), zonnebloemolie*, volkoren sojabloem*, natuurlijk aroma van bosvruchten, xanthaangom (stabilisator), sojalecithine* (emulgator), natrium- en ammoniumbicarbonaat (rijsmiddelen), zeezout. * afkomstig van BIOLOGISCHE LANDBOUW

Gebruik: ideaal als gezond tussendoortje.

Bewaring: op een droge en koele plaats bewaren.

Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Energetische waarde	442,8 kcal/ 1863,36 kJ
Proteïnen	2,23 g
Koolhydraten waarvan	76,61 g
suiker	23,75 g
Vetten waarvan	13,22 g
verzadigd	1,3088 g
mono-onverzadigd	3,9964 g
poly-onverzadigd	7,8725 g
Cholesterol	0 mg
Vezels	4,03 g
Natrium	0,31 g
<i>*Zonder bewaarmiddelen of kleurstoffen.</i>	

CHOCOLADEKOEKJES BIO

Glutenvrije chocoladekoekjes met een heerlijke smaak. Een gezond, vezelrijk tussendoortje.



Ingrediënten: tapiocameel*, oersuiker* (30%), volkoren sojabloem, zonnebloemolie*, cacao-poeder* (6%), sojalecithine* (emulgator), natrium- en ammoniumbicarbonaat (rijsmiddelen), zeezout.

* afkomstig van BIOLOGISCHE LANDBOUW

Gebruik: ideaal als gezond tussendoortje.

Bewaring: op een droge en koele plaats bewaren.

Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Energetische waarde	449,29 kcal/ 1887,05 kJ
Proteïnen	8,09 g
Koolhydraten waarvan	66,15 g
suikers	23,86 g
Vetten waarvan	15,65 g
verzadigd	1,9469 g
mono-onverzadigd	4,5041 g
poly-onverzadigd	9,1568 g
Cholesterol	0 mg
Vezels	5,74 g
Natrium	0,31 g
<i>*Zonder bewaarmiddelen of kleurstoffen.</i>	

QUINOAKOEKJES BIO

Glutenvrije quinoakoekjes met een heerlijke smaak. Een gezond, vezelrijk tussendoortje.



Ingrediënten: volkoren quinoabloem* (50%), tapiocameel*, rietsuiker* (27%), zonnebloemolie*, kaneel*, sojalecithine* (emulgator), natrium- en ammoniumbicarbonaat (rijsmiddelen), zeezout.

* afkomstig van BIOLOGISCHE LANDBOUW

Gebruik: ideaal als gezond tussendoortje.

Bewaring: op een droge en koele plaats bewaren.

Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Energetische waarde	429,04 kcal/ 1787,24 kJ
Proteïnen	8,33 g
Koolhydraten waarvan	71,64 g
suikers	21,55 g
Vetten waarvan	10,91 g
verzadigd	1,0626 g
mono-onverzadigd	3,3396 g
poly-onverzadigd	6,5089 g
Cholesterol	0 mg
Vezels	3,01 g
Natrium	0,25 g
<i>*Zonder bewaarmiddelen of kleurstoffen.</i>	

SOJAKOEKJES BIO

Glutenvrije sojakoekjes met een heerlijke smaak. Een gezond, vezelrijk tussendoortje.



Ingrediënten:

tapiocameel*, oersuiker* (30%), volkoren sojabloem* (18%), zonnebloemolie*, natuurlijk aroma van perzik, sojalecithine* (emulgator), natrium- en ammonium-bicarbonaat (rijsmiddelen), zeezout.

* afkomstig van BIOLOGISCHE LANDBOUW

Gebruik: ideaal als tussendoortje.

Bewaring: op een droge en koele plaats bewaren.

Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Energetische waarde	448,59 kcal/ 1883,96 kJ
Proteïnen	8,19 g
Koolhydraten waarvan	65,36 g
suikers	23,75 g
Vetten waarvan	16,05 g
verzadigd	1,8217 g
mono-onverzadigd	4,4571 g
poly-onverzadigd	9,7696 g
Cholesterol	0 mg
Vezels	4,97 g
Natrium	0,28 g
<i>*Zonder bewaarmiddelen of kleurstoffen.</i>	

KOEKJESMIX BIO

Assortiment van glutenvrije koekjes met rijst 25%, chocolade 25%, quinoa 25% en soja 25%, met een heerlijke smaak. Een gezond, vezelrijk tussendoortje.



Gebruik: ideaal als gezond tussendoortje.

Bewaring: op een droge en koele plaats bewaren.

Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Energetische waarde	441,78 kcal/ 1858,03 kJ
Proteïnen	6,71 g
Koolhydraten waarvan	70,24 g
suikers	23,23 g
Vetten waarvan	13,96 g
verzadigd	1,535 g
mono-onverzadigd	4,0743 g
poly-onverzadigd	8,327 g
Cholesterol	0 mg
Vezels	4,17 g
Natrium	0,29 g
<i>*Zonder bewaarmiddelen of kleurstoffen.</i>	

RIJST SNACKS MET HAZELNOTEN EN CHOCOLADE BIO

Glutenvrije en biologische rijst snacks met hazelnoten en chocolade. Een lekkere gezonde snack. Krokant vanbuiten en zacht vanbinnen.



Een ideaal tussendoortje voor thuis, onderweg, op school of op het werk.

Ingrediënten: volkoren rijst*meel (56%), chocolade- en hazelnotenpasta*.

* afkomstig van BIOLOGISCHE LANDBOUW

Bewaring: op een droge en koele plaats bewaren.

Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Energetische waarde	443,8 kcal/ 1866,9 kJ
Vetten waarvan	14,38 g
verzadigd	4,496 g
mono-onverzadigd	6,019 g
poly-onverzadigd	3,820 g
Koolhydraten waarvan	72,23 g
Suikers	22,38 g
Vezels	2,89 g
Eiwitten	4,93 g
Zout	0,12 g
<i>*Zonder bewaarmiddelen of kleurstoffen.</i>	

GLUTENVRIJE VOEDING

VOLKOREN RIJSTWAFELS BIO

Luchtige en krokante rijstwafel. Licht verteerbaar. Een lekkere gezonde snack.



Een ideaal tussendoortje voor thuis, onderweg, op school of op het werk.

Ingrediënten: volkoren rijst*meel (99%), zeezout.

*afkomstig van BIOLOGISCHE LANDBOUW

Bewaring: op een droge en koele plaats bewaren.

Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Energetische waarde	358,1 kcal/ 1520,8 kJ
Vetten waarvan	0,11 g
verzadigd	0,067 g
Koolhydraten waarvan	81,26 g
Suikers	0,11 g
Vezels	2,19 g
Eiwitten	6,93 g
Zout	1,05 g
<i>*Zonder bewaarmiddelen of kleurstoffen.</i>	

RICE BALLS BIO

Glutenvrije en biologische ontbijtgranen met cacao. Krokante rijstballetjes met cacao, rietsuikersiroop en stevia. Een lekker en gezond ontbijt.



Ingrediënten: volkoren rijst*meel (66%), rietsuikersiroop* (20%), cacao*poeder (8%), soja*meel, zout, stevia* (0,01%).

*afkomstig van BIOLOGISCHE LANDBOUW

Bewaring: op een droge en koele plaats bewaren.

Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Energetische waarde	1586,7 kJ/ 373,8 kcal
Vetten waarvan	0,7 g
verzadigd	0,21 g
mono-onverzadigd	0,18 g
poly-onverzadigd	0,28 g
Koolhydraten waarvan	80,36 g
Suikers	18,86 g
Vezels	2,47 g
Eiwitten	10,29 g
Zout	1,12 g
<i>*Zonder bewaarmiddelen of kleurstoffen.</i>	

RICERS BIO

Glutenvrije en biologische ontbijtgranen met cacao. Rijstkussentjes met een zachte crèmevulling van hazelnoten en cacao. Een lekker en gezond ontbijt.



Ingrediënten: volkoren rijst*meel (52%), cacao* crème met hazelnoten* (30%), panela*, soja*meel, cacao*poeder, zout.

*afkomstig van BIOLOGISCHE LANDBOUW

Bewaring: op een droge en koele plaats bewaren.

Energetische en voedingswaarde (per 100 g)	
Energetische waarde	1787,35 kJ/424,19 kcal
Vetten waarvan	11,35 g
verzadigd	2,07 g
mono-onverzadigd	5,17 g
poly-onverzadigd	4,10 g
Koolhydraten waarvan	70,66 g
Suikers	8,43 g
Vezels	2,54 g
Eiwitten	8,58 g
Zout	0,75 g
<i>*Zonder bewaarmiddelen of kleurstoffen.</i>	

GLUTENVRIJE VOEDING

Glutenvrij	EAN code	Artikelnummer	Inhoud	Eenh./ verpakking
Gesneden brood vierkant	8422947400101	CE40010	2 X 150 g e	12
Toastbrood	8422947400132	CE40013	150 g e	12
Stokbrood	8422947400149	CE40014	100 g e	12
Burgerbroodjes	8422947400156	CE40015	2 X 70 g e	12
Rijst toasts bio	8422947289621	bioAL80501	25 x 3,6 g e	12
Rijst toasts met boekweit bio	8422947289638	bioAL80502	25 x 3,6 g e	12
Rijst toasts met kastanje bio	8422947289645	bioAL80503	25 x 3,8 g e	12
Rijst toasts met lijnzaad bio	8422947289652	bioAL80504	25 x 3,4 g e	12
Rijst toasts met quinoa bio	8422947289669	bioAL80505	25 x 3,4 g e	12
Broodbakmeel	8422947400200	CE40020	1000 g e	12
Chocoladecake	8422947400323	CE40032	250 g e	12
Rijstkoekjes bio	8422947400002	bioCE40000	200 g e	12
Chocoladekoekjes bio	8422947400019	bioCE40001	200 g e	12
Quinoakoekjes bio	8422947400026	bioCE40002	200 g e	12
Sojakoekjes bio	8422947400033	bioCE40003	200 g e	12
Koekjesmix bio	8422947400040	bioCE40004	200 g e	12
Rijst snacks met hazelnoten en chocolade bio	8422947289706	bioAL80507	6 x 3 x 8 g e	12
Rijstwafels bio	8422947805302	bioAL80530	4 x 3 x 7,5 g e	6
Rice balls bio	8422947805210	bioAL80521	250 g e	8
Ricers bio	8422947805203	bioAL80520	375 g e	8