

Vegan Falafel Tuinbonen

Heerlijke vegan lekkernij met verse munt en koriander voor een verfrissende twist. Perfect voor verrassende gerechten. Gebruik als ingrediënt in wraps, sandwiches en salades, of als toevoeging aan mezze-planken en borrelhapjes.

Ingrediënten

70% peulvruchten (35% kikkererwt, 35% tuinboon), water, ui, plantaardige oliën (zonnebloem, raapzaad in wisselende verhoudingen), verse kruiden (koriander, munt), **tarwebloem**, knoflookpoeder, specerijen, maïszetmeel, psyllium, zout.



Voedingswaarde

	100 gram	Per portion (85g)	DRI
Energie	727 kJ	618kJ	7
Energie	174 kcal	148kcal	7
Vetten	6.6g	5.6g	8
Waarvan verzadigde vetzuren	0.7g	0.6g	3
Koolhydraten	19g	16g	6
Waarvan suikers	3.2g	2.7g	3
Vezels	5.1g	4.3g	
Eiwitten	6.9g	5.9g	12
Zout	0.50g	0.43g	7

Referentie-inname van een gemiddelde volwassene (8400 kJ/2000 kcal).

* Dagelijkse Referentie-Inname

Bereidingswijze

Bakken in oven : 8 minuten bij 180°C. Eenmaal keren.

Bakken pan : 4-6 minuten op laag vuur. Af en toe keren.

Frituren : 3 minuten op 180°C, ontdooide stand.

Categoriën

[Balletjes](#), [Falafel](#), [Ingrediënten](#), [Schouten's Variations](#), [Snacks](#), [Veganistisch](#), [Zonder soja](#), [Gourmet](#), [Wrap](#), [Op een broodje](#), [Maaltijdsalade](#), [Maaltijdcomponent](#), [Industrie](#), [Out of home](#), [Retail](#)

Allergenen

Bevat niet

Melk, ei, rogge, vis, schaaldieren, noten, pinda's, sulfiet (E220 - E228), selderij, lupine, weekdieren, gerst, haver, spelt, khorasantarwe, amandelen, hazelnoten, walnoten, cashewnoten, pecannoten, paranoten, pistachenoten, macadamianoten

Kan bevatten

Soja, sesam, mosterd

Bevat

Glutenbevattende granen, tarwe

Verpakkingsopties



Consumenteneenheid

Koelvers



Consumentdoosjes

Diepvries



Foodservice doos

2.5/3 kg | Diepvries



Industriedoos

10 kg | Diepvries