

et Bönnsche Lädche
Wilhelmsplatz 4
53111 Bonn

OAT REBELS
Burbacherstr. 209
53129 Bonn

liebe(r) unverpackt

Sortimentslisten

GETREIDE, PSEUDOGETREIDE

Stand: 08. Juli 2021

	Produktbezeichnung	Preis/ 100g	Ursprung	Hinweise	Zubereitung
1	Buchweizen	0,58 €	Deutschland	- vegan, von Natur aus glutenfrei - Spuren von Gluten, Erdnüssen, Soja, Schalenfrüchten und Sesam möglich - EU-Bio/ CO2-neutral, Demeter	In doppelter Menge Wasser so lange köcheln lassen, bis das Wasser verkocht ist.
2	Dinkelkörner	0,42 €	Deutschland	- vegan - Demeter	
3	Einkorn	0,50 €	Deutschland	vegan	
4	Emmer	0,50 €	Deutschland	vegan	
5	Flohsamenschalen	1,80 €	Deutschland	vegan	
6	Gerstengraupen	0,28 €	Österreich	vegan	
7	Grünkern	0,79 €	Deutschland	- vegan - Demeter	
8	Haferkörner	0,34 €	Deutschland	- vegan	

et Bönnsche Lädche
Wilhelmsplatz 4
53111 Bonn

OAT REBELS
Burbacherstr. 209
53129 Bonn

liebe(r) unverpackt

Sortimentslisten

9	Hirse	0,58 €	Österreich/ Deutschland	- vegan, von Natur aus glutenfrei - Bioland	Heiß abwaschen. Mit doppelter Menge Salzwasser 5 Minuten köcheln lassen und 30 Minuten bei ausgeschaltetem Herd quellen lassen.
10	Popcorn-Mais	0,55 €	Österreich	vegan, von Natur aus glutenfrei	
11	Quinoa, Weiß Vollkorn	1,50 €	Münster, Deutschland	vegan, von Natur aus glutenfrei	Quinoa kalt abrausen und anschließend in doppelter Menge Salzwasser etwa 15Min köcheln lassen.
12	Roggenkörner	0,18 €	Deutschland	- vegan - Bioland	
13	Weizenkörner	0,18 €	Deutschland	- vegan - Bioland	