



## Velouté d'épeautre bio

La fine soupe naturelle à base de "blé des Gaulois" !  
Hildegard von Bingen®



Nouvelle recette !

- Sans extrait de levure
- Sans sirop de glucose
- Sans graisse de palme

Le velouté d'épeautre est « plus qu'une simple soupe ». Avec des recettes délicieuses dans chaque boîte.

- Idéal pour lier les légumes, soupes ou sauces
- Une base rapide pour les soupes de saison, par exemple avec des asperges, du potiron, des champignons et d'autres légumes
- Avec des herbes sélectionnées
- Le compagnon idéal de tout régime

### Suggestion de préparation :

Avec des pois chiches à base d'épeautre.

### Ingrédients :

Farine d'épeautre\* (60 %), sel de mer et sel d'assaisonnement. sel gemme, épices (carottes\*, oignons\*, persil\*, livèche\*, origan\*, basilic\*, marjolaine\*, curcuma\*, poudre de tomates\*, poivre blanc\*, ail en poudre\*, muscade en poudre\*, panais\*, céleri\*, feuille d'artichaut\*, ortie\*, menthe poivrée\*, menthe aquatique\*, hysope\*, véronique\*, ail des ours\*, paprika doux\*, racine de galanga\*, racine de bertram\*, fenugrec\*, raifort\*, panais\*, gingembre\*, armoise\*, fenouil\*, fenouil\*, feuille de laurier\*, clous de girofle\*), farine de riz\*, maltodextrine\*, fécule de pomme de terre\*, sucre de canne\*, huile de tournesol\*, son d'épeautre\* (2,5 %), flocons de pommes de terre\*, lait écrémé en poudre\*, farine d'avoine complète\*, farine d'amarante\*, farine de châtaigne\*, extrait d'épices  
\*issu de l'agriculture biologique contrôlée

### Préparation :

Mélanger 4 c. à soupe (70 g) dans 1 litre d'eau froide (= 4 assiettes) - porter à ébullition - laisser infuser brièvement. Affiner au beurre ou à la crème.



DE-ÖKO-006

Agriculture UE/non UE

Valeurs nutritives moyennes	par 100 g produit de base	par 100 ml soupe
Energie	1249 kJ/ 295 kcal	87 kJ/ 21 kcal
Lipides	2,2 g	0,2 g
Dont acides gras saturés	0,3 g	0,0 g
Glucides	57 g	4,0 g
Dont sucre	5,3 g	0,4 g

# Kräuterhaus Sanct Bernhard

Der Spezialist für Naturheilmittel und Kosmetik.  
Seit **1903** im Dienste der Gesundheit.



Fibres	4,6 g	0,3 g
Protéines	9,5 g	0,7 g
Sel	14,3 g	1,0 g

Garder au frais et au sec.

**Contenu : 450 g pour 6,4 litres**

Article n° 156

Eti0821