



leNative kale (cavolo riccio)

Der in der Antike und im Mittelalter als „Arzt der Armen“ bezeichnete Grünkohl ist heute sehr begehrt und sogar ein fester Bestandteil des Speiseplans des gesamten Star-Systems von Hollywood. Maßgeblich beteiligt an diesem Erfolg war ein Farmer aus Oregon, der in den 80er Jahren damit begann, kommerziell interessantere Sorten zu züchten, die zur Entstehung des berühmten „Winter red“ und anderer farbiger Sorten führten. Heute gilt Kale als das meistgeessene Gemüse in New York, und Köche und Lokale, die sich der naturbelassenen Küche verschrieben

haben, wetteifern um die innovativsten Kale-Rezepte. Kale oder Grünkohl, der zur Familie der Kreuzblütengewächse gehört, ist eine Zuchtform des Gemüsekohls (*Brassica oleracea*). In Italien wird er wegen seiner gekräuselten Blätter auch „Cavolo Riccio“ genannt und ist vor allem in Apulien verbreitet und als traditionelles Lebensmittel anerkannt; weltweit ist er unter dem Namen Kale und vor allem in Amerika auch als „Curly Kale“ bekannt.

in der küche:

Dank der Vielseitigkeit von Grünkohl lassen sich leckere und gesunde Detox-Rezepte zubereiten. Angefangen bei Suppen, die Grünkohl und Getreide kombinieren, bis zum Verfeinern einer schnellen Pasta mit Knoblauch, Öl und Chili. In der Pfanne sautiert ist er eine köstliche Beilage zu Fleisch oder Käse, oder er kann vermischt mit Ricotta und Pinienkernen als Füllung für gesunde, herzhaftes Tartes aus Vollkornmehl verwendet werden.



KALE
(cavolo riccio)
300 g



Hergestellt von: ANNATURA srl

Produktionsstätte Via E. Amaldi, 12 - 00015 Monterotondo (Z.I.) Rom

Kalorien und Nährwerte kale (cavolo riccio)

Nährwerte je 100 g kale (cavolo riccio)

ENERGIE (Kalorien)	38 kcal 158 kJoule
Essbarer Teil	100%
Wasser	89,5 g
Kohlenhydrate	3,7 g
Fett	0,8 g
Protein	2,6 g
Ballaststoffe	2,6 g

Die Ausarbeitung erfolgte anhand von Daten über die Nährstoffzusammensetzung von Lebensmitteln aus:

- Tabellen über die chemische Zusammensetzung und den Brennwert der Lebensmittel Istituto Nazionale della Nutrizione (Nationales Institut für Ernährung und Lebensmittel) - Rom;
- Tabellen über die Zusammensetzung der Lebensmittel - Deutsche Forschungsanstalt für Lebensmittelchemie in Garching - München.

ZUTATEN	Kale (cavolo riccio) unter MAP: frischer Kale (cavolo riccio) ohne Zugabe von Aromen und Konservierungsstoffen.
ORGANOLEPTISCHE EIGENSCHAFTEN	Farbe: grün. Geruch: charakteristisch. Konsistenz: feste Textur, vergleichbar mit Frischprodukt. Schmackhaftigkeit: vergleichbar mit Frischprodukt.
HALTBARKEIT	Kale (cavolo riccio) unter MAP: produkt ist bis zu 30 Tage genießbar.
PRODUKTIONSPROZESS	Spezialität aus der 5. Gruppe. Kale (cavolo riccio), der aus qualitativ hochwertigen Rohstoffen sorgfältig ausgewählt wird. Durch das exklusive Zubereitungs- und Garverfahren bleiben die organoleptischen Eigenschaften und Nährwerte erhalten. Der Kale (cavolo riccio) wird in Umgebungen mit Hygienemanagement gemäß den Vorgaben des im Produktionsbetrieb geltenden HACCP-Eigenkontrollplans verarbeitet. In der Produktion gelten die Ifs Food-Standards.
LAGERUNG	Das Produkt sollte bei einer Temperatur zwischen 0/+4 °C gelagert werden. Nach dem Öffnen innerhalb von zwei Tagen verzehren.. Die Kühlkette sollte eingehalten werden.
VERZEHREMPFEHLUNG	5 Minuten in der Pfanne sautieren oder 3 Minuten in der Mikrowelle bei 950 Watt erhitzen und während des Erhitzens umrühren.
HERKUNFT DER ROHSTOFFE	Italien.
PFLANZLICHE FREMDBESTANDTEILE	≤ 1 %
ALLERGENE	Das Produkt enthält keine Allergene und entspricht der Verordnung (EU) Nr. 1169/2011 i.d.g.F. Eventuelle Kreuzkontaminationen sind auf dem Etikett angegeben.
VERPACKUNG	Für das Produkt Natur: TRANSPARENTES POLYPROPYLEN-COPOLYMER UND ANTIFOG-FOLIE. Für das Produkt unter MAP: SCHALEN AUS TRANSPARENTEM PP-EVOH-PP MIT BARRIEREBESCHICHTUNG UND ANTIFOG-FOLIE. Erklärung über die Eignung für den Lebensmittelkontakt: Ital. Ministerialerlass D.M. 21.3.1973 in der geltenden Fassung; ital. GvD 152/2006 - Art. 226 Absatz 4; ital. GvD Nr. 29 vom 10. Februar 2017; Verordnung (EG) 1935/2004 i.d.g.F.; Richtlinie 2007/19/EG i.d.g.F.; Verordnung (EG) 10/2011 i.d.g.F.; Verordnung (EG) 2015/174 zur Änderung und Berichtigung der Verordnung (EU) 10/2011.
MIKROBIOLOGISCHE PARAMETER	Listeria monocytogenes Nicht nachweisbar KBE/25 g. Gemäß VERORDNUNG (EG) Nr. 2073/2005 i.d.g.F.

Quelle: Gruppo Maurizi srl – Rom – Prüfbericht Nr. 26B05732