



Datablad

Møllerens Byggryn hele

Varenr. 541198

EPDNr. 4607974

Vareenhhet: 10 x 550 g

Dato: 08.07.2025

Sist endret: 17.03.2025

Ingredienser	BYGGRYN (hele)	
Næringsinnhold tørrvare pr. 100 g	Energi (kJ)	1414 kJ
	Fett	2,0 g
	herav:	
	mettede fettsyrer	0,4 g
	enumettede fettsyrer	0,2 g
	flerumettede fettsyrer	1,0 g
	Karbohydrater	65,6 g
	herav:	
	sukkerarter	0,7 g
	Kostfiber	10,0 g
	Protein	8,7 g
	Salt	0,0 g
Produktinformasjon	Hele byggryn består av byggkorn hvor de ytterste skalldelene er tatt vekk. Dermed er kjernen av byggkornet igjen (ca. 50 % av kornets bestanddeler). Ytterskallet på byggkornet er svært hardt og ubehagelig å spise, derfor fjernes dette. Hele Byggryn kan brukes som ingrediens i gjærbakst men bør da bløtlegges før bruk, gjerne over natten i lunken vann. Byggryn brukes også i supper og puddinger. Bygg er en av verdens viktige kornarter og antagelig den første kornarten menneskene tok til å dyrke. Bygg har, som havre, et høyere innhold av løselig fiber, særlig betaglukan. Høyt inntak av betaglukan fra bygg kan gi lavere nivå av kolesterol i blodet. Det er da også påvist at høyt inntak av bygg virker forebyggende på hjerte- og karsykdommer. Betaglukan kan virke regulerende på blodsukkernivået, noe som er positivt for diabetikere og for å forebygge diabetes.	
Oppbevaring	Tørt og kjølig, godt adskilt fra varer med sterk lukt	
Spesifikasjoner	Norgesmøllene forholder seg til myndighetskrav (EU krav) når det gjelder innhold av tungmetaller, mykotoksiner, pesticider og mikroorganismer. Norgesmøllenes produkter inneholder ikke genmodifiserte råvarer, tilsetningsstoffer eller aromaer som er merkepliktig i henhold til Matinformasjonsforskriften, Kap II §4. Norgesmøllene forholder seg til HACCP krav og er sertifisert etter ISO 9001:2015 og FSSC 22000.	
Produkttips	Kok Møllerens hele byggryn i 20-25 min så er de serveringsklar som tilbehør i salat og/eller til middag! Byggryn er rik på fiber!	