



Datablad

Norgesmøllene Solsikkekjerner

Varenr. 551743

EPDnr. 5146543

Vareenhet: 10 x 700 g

Dato: 28.04.2026

Sist endret: 27.04.2026

Ingredienser	Solsikkekjerner	
Næringsinnhold tørrvare pr. 100 g	Energi (kJ)	2691 kJ
	Fett	56,0 g
	herav:	
	mettede fettsyrer	7,2 g
	enumettede fettsyrer	18,0 g
	flerumettede fettsyrer	28,0 g
	Karbohydrater	14,0 g
	herav:	
	sukkerarter	2,6 g
	Kostfiber	2,7 g
	Protein	20,0 g
	Salt	0,0 g
Produktinformasjon	<p>Solsikkefrø er frøene fra planten Solsikke. Uttrykket "solsikkefrø" er faktisk ikke helt riktig i botaniske temaer når frøet fremdeles er i skallet. Da er det nemlig en enkel frukt. Når skallet fjernes sitter man igjen med solsikkekjerner, og det er den vårt produkt består av. Solsikke har blitt dyrket i tusenvis av år, opprinnelig i Mexico og Peru. Frøene er rike på olje med gunstig fettsammensetning og vitamin E. I tillegg har frøene et høyt innhold av proteiner, magnesium og folat. Siden innholdet av karbohydrater er lavt er kjernene en viktig del av en lav-karbo diett. Solsikkekjerner har en god nøttesmak og brukes mest i bakverk, både i deigen og som pynt. De er også fine å bruke som tilsetning til havregrøt, ris, wok og salater. Eller som panering på fisk eller kylling. Møllerenes Solsikkekjerner egner seg i bakst, salater og frokostblandinger. Myndighetene anbefaler ikke større inntak av solsikkekjerner.</p>	
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		