

BioFAIR
ORGANIC FAIR TRADE

BioFAIR Products are sourced in accordance with Fair Trade guidelines and are certified organic.



Average Nutritional values per 100g

Energy / Energie / énergie / energiasa / ενέργεια / energia / energi / energie / energi	1488kJ/355kcal
Fat / Fett / graisse / rasvaa / λιπαρά / grassi / fett / vetten / fett	5.94g
of which saturates / davon gesättigte Fettsäuren / dont acides gras saturés / josta tyydyttyntä / Εκ των οποίων κορεσμένα / acidi grassi saturi / hvorav mettet fett / waarvan verzadigde vetzuren / varav mättat fett	0.53g
Carbohydrate / Kohlenhydrate / glucides / hiilihydraatit / Υδατάνθρακες / carboidrati / karbohydrater / koolhydraten / kolhydrat	62.4g
of which sugars / davon Zucker / dont sucres / josta sokereita / Εκ των οποίων σάκχαρα / di cui zuccheri / hvorav sukker / waarvan suikers / varav sockerarter	1.6g
Fibre / Ballaststoffe / fibres alimentaires / ραβιντοκίτι / Φυτικές ίνες / fibre / fiber / vezels / fiber	6.86g
Protein / Eiweiß / protéines / proteiini / πρωτεΐνη / proteine / protein / eiwitten / protein	12.2g
Salt / Salz / sel / suola / αλάτι / sale / salt / zout / salt	0.07g

Country of origin: Peru / Bolivia / Ecuador

Best before: see top of box / mindstens haltbar bis: siehe karten /
a consommer avant le: voir indication sur le paquet / parasta ennen:
katso pakkauksen päältä / ανάλωση πριν: βλέπε σφραγίδα /
data di scadenza: guardare la etichetta / best før: se stempel /
ten minste houdbaar tot: zie bovenkant doos / bäst före-dag:
se datummärkning

500g^e



GB - ORG - 02
non-EU Agriculture



BioFAIR - 34a Clifton Road, Kingston KT2 6PH
www.biofair.co.uk



5 032722 307599 >

BioFAIR
ORGANIC FAIR TRADE

GB Organic White Quinoa
Ingredients: White Quinoa*
* = Certified Organic Ingredients
May contain traces of, nuts, sesame,
mustard and gluten.

D Biologischer Weißer Quinoa
Zutaten: Weißer Quinoa*
* = aus kontrolliert biologischem Anbau
Kann Spuren von Nüssen, Sesam,
Senf und Gluten beinhalten.

F Quinoa Blanc Biologique
Ingrédients: quinoa blanc*
* = issues de l'agriculture biologique
Peut contenir traces de noix,
sésame, moutarde et gluten.

FIN Luomu Valkoinen Quinoa
Ainekset: valkoinen quinoa*
* = kontrolloitu luomutuote
Saattaa sisältää pähkinän,
seesamin-, sinapin, gluteenin jäämiä.

GR Βιολογικά κινόα
Συστατικά: Νιφάδες κινόα*
* = βιολογικής καλλιέργειας
μπορεί να περιέχει ίχνη από
ξηρούς καρπούς, σουσάμι,
μουστάρδα, γλουτένη.

I Quinoa Bianco Biologica
Ingrediente: Quinoa bianco*
* = ingredienti da agricoltura biologica
Può contenere tracce di, noci,
sesamo, senape, glutine.

N Økologisk Quinoa Hvit
Ingredienser: Quinoa hvit*
* = Fra Debiogodkjent Økologisk Landbruk
Kan inneholde spor av nøtter, sesamfrø,
sennep og gluten.

NL Biologische Witte Quinoa
Ingredienser: witte Quinoa*
* = van biologische teelt
Kan inneholde spor av, nøtter,
sesamfrø, sennep, gluten.

S Ekologisk Quinoa Vitt
Ingredienser: quinoa vitt*
* = Ekologisk
Kan innehålla spår av nøtter,
sesam, senap og gluten.

BioFAIR
ORGANIC FAIR TRADE

BioFAIR
ORGANIC FAIR TRADE

Organic
Quinoa
White



Luomu Quinoa / Økologiske Quinoa
Biologisches Quinoa / Quinoa Biologique

500g^e

BioFAIR
ORGANIC FAIR TRADE

Quinoa White
Organic

GB Cooking instructions: Take one part quinoa grain, rinse well and cook with two parts of water. Bring to the boil and simmer for approx. 10 minutes with lid on. Remove from heat and leave covered until all liquid is absorbed. Serve with savoury dishes or as a salad.

D Zubereitung: Einen Teil Quinoa gut waschen und mit zwei Teilen Wasser zum kochen bringen. Zugedeckt weitere 10 Minuten auf kleiner Flamme kochen. Danach vom Herd entfernen und stehen lassen bis alle Flüssigkeit absorbiert ist. Ideal als Beilage zu allen Hauptgerichten oder als Salat.

F Préparation: Bien laver une partie des Quinoa et les porter à ébullition. Les couvrir et les laisser sur feu doux 10 minutes supplémentaires. Retirer du feu, et laisser reposer jusqu'à ce que toute l'eau ait été absorbée. Idéale pour tous les repas ou également en tant que salade.

FIN Valmistus: Keitä 1 osa hyvin huuhdottua quinoa viljaa 2:ssa osassa vettä. Kiehauta ja anna hautoa n. 10 min. kannen alla. Poista lämpö ja jätä hautumaan kannen alla kunnes neste on imeytynyt. Sopii tarjoitavaksi sellaisenaan, pataruissa, salaateissa.

N Tilberedelse: Ta en del quinoakorn, skyl godt og kok opp med 2 deler vann. Trekk i ca 10 min med lokk på. Ta av platen og la stå med lokk på til all væsken er absorbert. Serveres med valgfri saus, valgfri middag eller med en salat.

NL Bereidingswijze: Neem een deel van de quinoa, spoel deze goed af en breng aan de kook met twee delen water. Na het koken de temperatuur omlaag brengen en 10 minuten laten sudderen (met gesloten deksel). Haal de pan daarna van het vuur en wacht even tot al het vocht is ingetrokken. Serveer met hartige hapjes of als een salade.

Storage instructions:

Store in a cool and dry place / kühl und trocken lagern / Conserver dans un endroit frais et sec / Säilytä viileässä ja kuivassa paikassa / Όταν ανοιχθεί, διατηρείστε το σε δροσερό και ξηρό μέρος / Conservare in luogo fresco e asciutto / oppbevares kjølig og tørt / Bewaar op een koele en droge plaats / Förvaras svalt och tørt /

284.70 mm