

Helle Soja-Streifen (S) *Art.Nr. FS100/17S*

Zutaten: 100% entfettetes Sojakonzentrat, Wasser

Größe: ca. 27 x 9 mm

Zubereitung: Inhalt der Packung im kochenden Salzwasser oder Gemüsebrühe 5 - 10 Minuten kochen.

Abtropfen, leicht ausdrücken und etwas abkühlen lassen.

Anschließend das Soja-Fleisch wie Pasta oder tierisches Fleisch weiterverarbeiten. z.B Frikassee, Gyros, Geschnitzeltes usw. ([siehe REZEPTE ...](#))

AOG Soja-Filet ergibt nach dem Kochen das 3,5 bis 4-fache Gewicht vom Trockenzustand.

Durchschnittliche Nahrungswerte:
pro 100g im Trockenzustand

Brennwert Energie	1115 kJ
Eiweiß / Protein	64g
Kohlenhydrate	1,3g
Fett	0,5g
Ballaststoffe	19,3g
Gluten	0,0 g
Cholesterin	0,0 g

*Produkt ist **Koscher** zertifiziert und **gentechnikfrei**



Light Soy Strips (S) *Art.No. FS100/17S*

Ingredients: 100% defatted soy flour

Size: 27 x 9 mm

Preparation: Cook contents in boiling water or vegetable stock for 5 - 10 minutes.

Strain, press out water gently and let it cool. After that prepare the soya like you would with pasta or meat. Examples are fricassee, gyros, meat strips etc. ([see RECIPES ...](#))

AOG soya meat yields 3,5 to 4 times its original mass weight after cooking.

Average nutritional values:
per 100 gram in dry state

Energy contents	1115 kJ
Protein	64g
Carbohydrate	1,3g
Fat	0,5g
Dietary fiber	19,3g
Gluten	0,0g
Cholesterol	0,0g

* Product is **Kosher** certified and **non GMO**