

# Öle und Saucen

Angabe: Kohlenhydrate in g pro 100 g



0

OLIVENÖL



0

KOKOSNUSSÖL



0

BUTTER



1

MAYONNAISE



2

AIOLI



2

BÉARNER SAUCE



2

TABASCO



3

GUACAMOLE



3

VINAGRETTE



4

SOYASAUCE

WENIG

WENIG

# Öle und Saucen

Angabe: Kohlenhydrate in g pro 100 g



4

FRISCHKÄSE



6

SENF



8

PESTO



15

TOMATENMARK



26

KETCHUP



40

BBQ SAUCE



68

AHORNSYRUP



69

MARMELADE

VIEL

WENIG