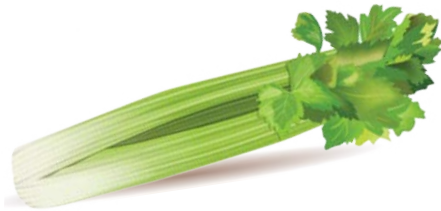


Gemüse

Angabe roh: Kohlenhydrate in g pro 100 g



WENIG

1

1

1

1

1

SPINAT

STAUDENSELLERIE

PILZE

CHINAKOHL

PAK CHOI



2

2

2

2

2

WENIG

SALAT allgemein

AVOCADO

RETTICH

RADIESCHEN

SCHWARZWURZEL

Gemüse

Angabe roh: Kohlenhydrate in g pro 100 g



WENIG

3

3

3

3

3

GURKE

SPARGEL

WEISSKOHL

GRÜNKOHL

BLUMENKOHL



3

3

3

3

3

FENCHEL

MANGOLD

KOHLRABI

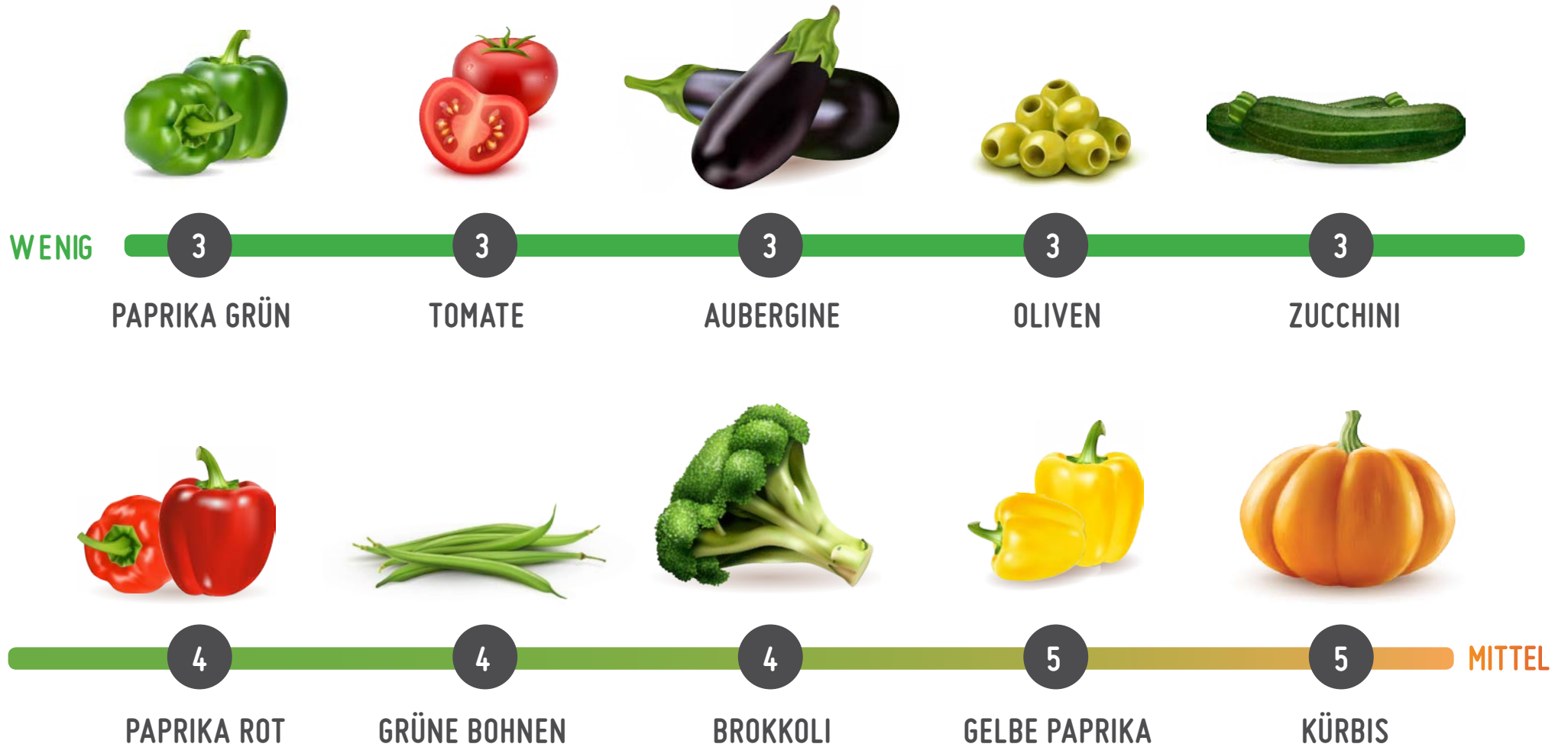
BLAUKRAUT

ROSENKOHL

WENIG

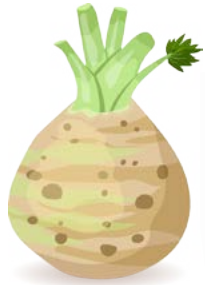
Gemüse

Angabe roh: Kohlenhydrate in g pro 100 g



Gemüse

Angabe roh: Kohlenhydrate in g pro 100 g



MITTEL

6

7

7

8

12

KNOLLERNSELLERIE

KAROTTEN

ROTE BEETE

ZWIEBEL

PASTINAKE



15

17

VIEL

KARTOFFEL

SÜSSKARTOFFEL