Kerbelblätter getrocknet

Kerbel hat einen süßlich feinen Geschmack. Er ist sehr beliebt zum Würzen von Gemüse- und Tomatengerichten, pikanten Milch- und Eierspeisen und hellem Fleisch. Kerbel gehört in die berühmte Frankfurter grüne Sauce, aber auch in die Kerbelsuppe, Kerbelsauce, in frische Salate, sowie in Sahnesaucen zu Fisch.

Zubereitung: Kerbel nicht quellen lassen und nie mitkochen. Kurz vor dem Anrichten den Speisen zugeben.

Zum Produkt

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	951 kj
Brennwert kcal	227 kcal
Fett	2.92 g
davon gesättigte Fettsäuren	0.34 g
Kohlenhydrate	28.71 g
davon Zucker	28.42 g
Eiweiß	19.97 g
Salz	0.04 g

Zutaten

Kerbel