

Produktübersicht zum Marktcheck "Alternative Knabberprodukte"

Datum: 05.2020

verbraucherzentrale

Nordrhein-Westfalen

Produkt Zutatenliste	Hersteller	kcal	Fett	davon ges. FS	Kohlen- hydrate	davon Zucker	Protein	Salz	Ballast- stoffe
		in 100 g	in g/ 100 g						
Chips aus bzw. mit Hülsenfrüchten:									
funny-frisch Kichererbsen Chips (Paprika Style) Zutaten: Kichererbsenmehl (40 %), Reismehl, Rapsöl, Süßkartoffelpulver, natürliches Aroma, Speisesalz, Zucker, Hefeextrakt, Tomatenpulver, Zwiebelpulver, Paprikapulver, Chilipulver, Knoblauchpulver, Emulgator (Lecithine), Säuerungsmittel (Citronensäure), Gewürz	Intersnack Knabber- Gebäck GmbH & Co. KG	441	16	1,3	59	4,7	12	1,8	k.a.
funny-frisch Kichererbsen Chips (Joghurt Gurke Style) Zutaten: Kichererbsenmehl (40 %), Reismehl, Rapsöl, Süßkartoffelpulver, natürliches Aroma, Speisesalz, Süßmolkenpulver, Zucker, Knoblauchpulver, Zwiebelpulver, Hefeextrakt, Petersilie, Joghurtpulver, Gewürz, Emulgator (Sonnenblumenlecithine), Gurkenextrakt	Intersnack Knabber- Gebäck GmbH & Co. KG	460	16	1,4	60	5,2	12	1,6	k.a.
funny-frisch Linsen Chips (Paprika) Zutaten: Linsenmehl (39%), Sonnenblumenöl, Maismehl, Reismehl, Stärke, Zucker, Speisesalz, natürliches Aroma, Trockenmilcherzeugnis aus Sauerrahm, Paprikapulver, Gewürze, Süßmolkenpulver, Säuerungsmittel (Citronensäure), Farbstoff (Paprikaextrakt), Hefeextrakt, Zwiebelpulver, Tomatenpulver, Knoblauchpulver	Intersnack Knabber- Gebäck GmbH & Co. KG	461	19	1,9	59	4,2	13,2	2,1	2,7
funny-frisch Linsen Chips (Oriental) Zutaten: Linsenmehl (40 %), Sonnenblumenöl, Maismehl, Reismehl, Stärke, Zucker, Speisesalz, Aroma (enthält Gerste), Weizenmehl, Knoblauchpulver, Tomatenpulver, Zwiebelpulver, Hefeextrakt, Pfeffer, Gewürzextrakt (Ingwer, Paprika, Piment, Koriander, Nelken, Chili)	Intersnack Knabber- Gebäck GmbH & Co. KG	456	18	1,6	59	2,8	13,2	2,2	2,6

Produkt Zutatenliste	Hersteller	kcal	Fett	davon ges. FS	Kohlen- hydrate	davon Zucker	Protein	Salz	Ballast- stoffe
		in 100 g	in g/ 100 g						
funny-frisch Linsen Chips (Sour Cream) Zutaten: Linsenmehl (39 %), Sonnenblumenöl, Maismehl, Reismehl, Stärke, Zucker, Speisesalz, natürliches Aroma, Trockenmilcherzeugnis aus Sauerrahm, Paprikapulver, Gewürze, Süßmolkenpulver, Säuerungsmittel (Citronensäure), Farbstoff (Paprikaextrakt), Hefeextrakt, Zwiebelpulver, Tomatenpulver, Knoblauchpulver	Intersnack Knabber-Gebäck GmbH & Co. KG	460	18	1,7	60	5,4	13	2,1	2,6
DE RIT Kichererbsen-Chips (Meersalz) Zutaten: Kichererbsenmehl (40 %), Kartoffelstärke, Kartoffelmehl, Sonnenblumenöl, Meersalz, Salz	Allos Hof-Manufaktur GmbH	490	25	2,2	59	1,4	10	2,9	4,6
DE RIT Bean Sticks Pinto Bohnen (Paprika) Zutaten: Pinto Bohnenmehl (33 %), Tapioka-Stärke, Sonnenblumenöl, Kartoffelstärke, Paprika-Gewürzmischung 3 % (Salz, Paprikapulver 21 %, Knoblauch, Zwiebel, Maismehl, Koriander, Bockshornklee, Lavas-Wurzel, Chilipfeffer), Rote Bete Pulver	Allos Hof-Manufaktur GmbH	505	27	3,4	55	1,7	8	2,6	5,1
DE RIT Bean Sticks weiße Bohnen (Meersalz) Zutaten: Mehl aus weißen Bohnen (35 %), Tapioka-Stärke, Sonnenblumenöl, Kartoffelstärke, Meersalz	Allos Hof-Manufaktur GmbH	498	27	3,4	53	1,4	8	2,5	6,3
Lorenz Kichererbsenchips (Paprika) Zutaten: Kichererbsenmehl 30 %, Reismehl, Sonnenblumenöl, Kartoffelflocken 11 %, Tapiokastärke, Kartoffelstärke, Erbsenproteinisolat, Salz, Zucker, Zwiebelpulver, Aroma (enthält Milcherzeugnisse), Raucharoma, Paprikapulver, Sauerrahmpulver, Säureregulator: Citronensäure	Lorenz Bahlsen Snack-World GmbH & Co KG Germany	420	13	1,5	60	4,6	13	2,8	5,5

Produkt Zutatenliste	Hersteller	kcal	Fett	davon ges. FS	Kohlen- hydrate	davon Zucker	Protein	Salz	Ballast- stoffe
		in 100 g	in g/ 100 g						
Lorenz Kichererbsenchips (Sour Cream & Onion) Zutaten: Kichererbsenmehl 30 %, Reismehl, Sonnenblumenöl, Kartoffelflocken 11 %, Tapiokastärke, Kartoffelstärke, Erbsenproteinisolat, Salz, Zucker, Süßmolkenpulver, Zwiebelpulver, Aroma (enthält Milcherzeugnisse), Säureregulatoren: Citronensäure, Natriumdiacetat, Calciumlactat, Sauerrahmpulver, Petersilie, Knoblauchpulver	Lorenz Bahlsen Snack-World GmbH & Co KG Germany	426	13	1,5	62	4,8	13	2,6	4,6
GOT7 Protein Chips (Paprika) Zutaten: Soja-Proteinchips (Sojaprotein, Tapiokastärke, Kartoffelgranulat, Kartoffelflocken, Kartoffelstärke), Sonnenblumenöl, Paprikagewürzmischung (Zwiebelpulver, Paprika-Gewürz, Zucker, Dextrose, Salz, Hefeextrakt, Aroma, Knoblauchpulver, Farbstoff (Paprikaextrakt), Antioxidationsmittel (Extrakt aus Rosmarin)	GOT7 Nutrition GmbH & Co. KG	400	10,7	0,9	31	2	40,1	2,23	9,6
GOT7 Protein Chips (Sour Cream & Onion) Zutaten: Soja-Proteinchips (Sojaprotein, Tapiokastärke, Kartoffelgranulat, Kartoffelflocken, Kartoffelstärke), Sonnenblumenöl, Sauerrahm- und Zwiebelwürzmischung (Zwiebelpulver, Joghurtpulver, Käsepulver, Salz, Molkenprotein Pulver, Dextrose, Hefeextrakt, Aroma (enthält Milch), Petersilie, Säuerungsmittel (Zitronensäure), Antioxidationsmittel (Extrakt aus Rosmarin)	GOT7 Nutrition GmbH & Co. KG	399	11,1	1,2	30,2	2,8	40,1	2,21	9,1
Kühne Enjoy Knusper Erbsen (Paprika) Zutaten: grüne Erbsen 60 %, Maisstärke, Weizenmehl, Sonnenblumenöl, Zucker, Paprika 1 %, Salz, Gewürze, Backtriebmittel Ammoniumbicarbonat	Carl Kühne KG (GmbH & Co.)	420	12	1,1	57	9,2	15	1	12
Kühne Enjoy Knusper Erbsen (Meersalz) Zutaten: grüne Erbsen 60 %, Maisstärke, Weizenmehl, Sonnenblumenöl, Zucker, Meersalz, Backtriebmittel Ammoniumbicarbonat	Carl Kühne KG (GmbH & Co.)	402	10	1,1	57	8,7	15	1,6	12

Produkt Zutatenliste	Hersteller	kcal	Fett	davon ges. FS	Kohlen- hydrate	davon Zucker	Protein	Salz	Ballast- stoffe
		in 100 g	in g/ 100 g						
Kühne Enjoy Knusper Erbsen (Sweet Chili) Zutaten; grüne Erbsen 60 %, Maisstärke, Weizenmehl, Sonnenblumenöl, Zucker, Gewürze, Salz, Chili 0,2 %, Tomatenpulver, Traubenzucker, Backtriebmittel Ammoniumcarbonat	Carl Kühne KG (GmbH & Co.)	415	11	1,1	58	9,9	15	1	12
Kühne Enjoy Kichererbsen Nachos mit gelben und grünen Erbsen (Paprika) Zutaten: Kichererbsenmehl 37 %, grüne und gelbe Erbsen 17 %, Reismehl, Kartoffelstärke, Sonnenblumenöl, schwarze Bohnen, Salz, Zucker, Paprika, Gewürze	Carl Kühne KG (GmbH & Co.)	415	13	1,1	58	1,9	14	2,3	k.a.
Kühne Enjoy Kichererbsen Nachos mit gelben und grünen Erbsen (Meersalz) Zutaten: Kichererbsenmehl 40 %, grüne und gelbe Erbsen 18 %, Reismehl, Kartoffelstärke, Sonnenblumenöl, schwarze Bohnen, Meersalz	Carl Kühne KG (GmbH & Co.)	423	13	1,1	60	0,7	15	1,8	k.a.
Kühne Enjoy Kichererbsen Nachos mit gelben und grünen Erbsen (Kräuter) Zutaten: Kichererbsenmehl 37 %, grüne und gelbe Erbsen 17 %, Reismehl, Kartoffelstärke, Sonnenblumenöl, schwarze Bohnen, Salz, Zucker, Kräuter, Gewürze	Carl Kühne KG (GmbH & Co.)	418	13	1,1	59	1,7	15	2,3	k.a.
TooGood popped snack soy & potato (salt & pepper) Zutaten: Sojazubereitung (Sojamehl 37%, Tapioka, Salz), Kartoffelzubereitung (Kartoffelmehl 16%, Reismehl, Salz), Salz und Pfefferaroma (Reismehl, Salz, Zucker, Zwiebelpulver, Gewürze, Hefeextrakt, Knoblauchpulver, Aromen, Sonnenblumenöl, Antioxygenmittel: Rosmarin-Extrakt, Sonnenblumenöl, schwarzer Pfefferextrakt	TooGood	400	9,6	0,9	56,5	5	19	1,8	7

Produkt Zutatenliste	Hersteller	kcal	Fett	davon ges. FS	Kohlen- hydrate	davon Zucker	Protein	Salz	Ballast- stoffe
		in 100 g	in g/ 100 g						
TooGood popped snack soy & potato (tomato & herbs) Zutaten: Sojazubereitung (Sojamehl 37 %, Tapioka, Salz), Kartoffelzubereitung (Kartoffelmehl 16 %, Reismehl, Salz), Aroma von italienischen Kräutern (Molkenpulver (Milch), Salz, Tomatenpulver, Zucker, Zwiebelpulver, Kräuter, Hefeextrakt, Aromen, Knoblauchpulver, Farbstoff: Paprikaextrakt, Sonnenblumenöl, Säuerungsmittel: Apfelsäure), Sonnenblumenöl, Leinsamenpulver	TooGood	399	8,7	0,8	58,5	10,3	18,1	2,2	7
Too Good popped snack soy & potato (paprika) Zutaten: Sojazubereitung (Sojamehl 37 %, Tapioka, Salz), Kartoffelzubereitung (Kartoffelmehl 16 %, Reismehl, Salz), Paprika-Aroma (Hefeextrakt, Zucker, Zwiebelpulver, Aromen, Salz, Tomaten-Pulver, Farbstoff: Paprikaextrakt, Säuerungsmittel: Apfelsäure, Sonnenblumenöl), Sonnenblumenöl, Leinsamenpulver	TooGood	400	8,9	0,8	58,4	8,8	18,2	1,8	7
Eat Real Lentil Chips (creamy dill flavour) Zutaten: Linsenmehl 40 %, Kartoffelstärke, Maisstärke, Rapsöl, cremige Dillaroma 7 % (getrockneter Glucosesirup, Reismehl, Dextrose, Salz, Zwiebelpulver, Hefeextraktpulver, Zucker, natürliche Aromen, Zitronensäure, Kräuter (Petersilie, Dill), Gewürz (Dillsamen)), Salz	Eat Real, c/o Cofresh Snack Foods	440	14	1,4	65,8	1,1	9,8	2,8	3,8
Eat Real Lentil Chips (tomato & basil flavour) Zutaten: Linsenmehl 40 %, Kartoffelstärke, Maisstärke, Rapsöl, Tomaten- und Basilikumaroma 7 % (Reismehl, Zucker, Dextrose, Salz, Tomatenpulver, Hefeextraktpulver, Zwiebelpulver, Kräuter (Basilikum, Petersilie) Knoblauchpulver, Zitronensäure, natürliches Aroma, Gewürz (Cayennepfeffer), Farbstoff (Paprikaextrakt), Salz	Eat Real, c/o Cofresh Snack Foods	457	18	1,7	63	2,6	9,6	2,6	4,1

Produkt Zutatenliste	Hersteller	kcal	Fett	davon ges. FS	Kohlen- hydrate	davon Zucker	Protein	Salz	Ballast- stoffe
		in 100 g	in g/ 100 g						
Eat Real Lentil Chips (chilli & lemon flavour) Zutaten: Linsenmehl 40 %, Kartoffelstärke, Maisstärke, Rapsöl, Chilli- und Zitronenaroma 7 % (Reismehl, Salz, Gewürze (Paprika, Cayennepfeffer, schwarzer Pfeffer), Chili-Mischung (Chili, Kreuzkümmel, Salz, Knoblauch, Oregano), Knoblauchpulver, Zwiebelpulver, Hefeextraktpulver, Zitronensäure, Trockenhefe, natürliches Aroma, Zitronensaftpulver (Maltodextrin, Zitronensaft), Farbstoff (Paprikaextrakt)), Salz	Eat Real, c/o Cofresh Snack Foods	435	14	1,2	64,5	0	10	3,1	4,3
Eat Real Hummus Chips (creamy dill flavour) Zutaten: Kichererbsenmehl 24 %, Reis, Kartoffelstärke, Rapsöl, Maismehl, cremige Dillaroma 7 % getrockneter Glucosesirup, Reismehl, Dextrose, Salz, Zwiebelpulver, Hefeextraktpulver, Zucker, Zitronensäure, Kräuter (Petersilie, Dill), Gewürz, natürliche Aromen (Dillsamen), Salz	Eat Real, c/o Cofresh Snack Foods	471	22	1,8	58,5	2,4	6,5	3,1	5,6
Eat Real Hummus Chips (tomato & basil flavour) Zutaten: Kichererbsenmehl 24 %, Reis, Kartoffelstärke, Rapsöl, Maismehl, Tomaten- und Basilikumaroma 7% (Reismehl, Zucker, Dextrose, Salz, Tomatenpulver, Hefeextraktpulver, Zwiebelpulver, Kräuter (Basilikum, Petersilie) Knoblauchpulver, Zitronensäure, natürliches Aroma, Gewürz (Cayennepfeffer), Farbstoff (Paprikaextrakt)), Salz	Eat Real, c/o Cofresh Snack Foods	481	24	1,8	57,5	2,6	6,4	2,8	5,4
Eat Real Hummus Chips (sea salt flavour) Zutaten: Kichererbsenmehl 24 %, Reis, Kartoffelstärke, Rapsöl, Maismehl, Meersalz	Eat Real, c/o Cofresh Snack Foods	486	24	2	58,8	0,8	6,4	2,7	4,9
Layenberger High Protein Chips (paprika) Zutaten: Sojaproteinkonzentrat 59 %, Tapiokastärke 15 %, Sonnenblumenöl 15%, Paprika-Gewürzmischung 10 % (Zwiebelpulver, Paprika, Zucker, Mais-Dextrose, Salz, natürliche Aromen, Hefeextrakt, Knoblauchpulver, Farbstoff (E160c)), Antioxidationsmittel (Extrakt aus Rosmarin)	Layenberger Nutrition Group GmbH	429	16,4	1,2	21,2	2,3	43,1	2,5	12,4

Produkt Zutatenliste	Hersteller	kcal	Fett	davon ges. FS	Kohlen- hydrate	davon Zucker	Protein	Salz	Ballast- stoffe
		in 100 g	in g/ 100 g						
Sun Snacks Kichererbsen-Chips (Meersalz % Pfeffer Geschmack) Zutaten; Kichererbsenmehl 31 %, Reismehl, Sonnenblumenöl, Kartoffelflocken 11 %, Tapiokastärke, Kartoffelstärke, Erbsenproteinisolat, Meersalz, Zwiebelpulver, Salz, zerkleinerte Teeblätter, Aroma, schwarzer Pfeffer, Säuerungsmittel Citronensäure	Unternehmensgruppe ALDI SÜD	434	13	1,2	63	2,1	13	2,2	k.a.
Sun Snacks Kichererbsen-Chips (Paprika Geschmack) Zutaten: Kichererbsenmehl 31 %, Reismehl, Sonnenblumenöl, Kartoffelflocken 11 %, Tapiokastärke, Kartoffelstärke, Erbsenproteinisolat, Zucker, Süßmolkenpulver, Salz, Zwiebelpulver, Paprikapulver, Aroma (enthält Micherzeugnisse), Sauerrahmpulver, Säuerungsmittel Citronensäure, Farbstoff: Paprikaextrakt	Unternehmensgruppe ALDI SÜD	439	14	1,3	63	5,2	14	2,5	k.a.
dm bio Kichererbsen Chips (mit Meersalz) Zutaten: Kichererbsenmehl* 43,2 %, Kartoffelstärke*, Sonnenblumenöl*,Kartoffelmehl*,Meersalz 1,5 %	dm-drogerie markt GmbH + Co. KG	489	24	1,9	55	1,4	10	1,5	6,4
Heimatgut Protein Flips (Sour Cream Style) Zutaten: Rote Linsen* 77 %, Sonnenblumenöl*, Reismehl*, Salz, Traubenzucker*, Zwiebelpulver*, natürliches Aroma*, Knoblauchpulver*, schwarzer Pfeffer*, Petersilie*, Liebstöckel*, Schnittlauch*	Heimatgut GmbH	388	12	1,2	46	3,1	20	1,57	8,8
Heimatgut Protein Flips (original) Zutaten: Rote Linsen* 78 %, Sonnenblumenöl*, Meersalz, Reismehl*, Zwiebelpulver*, Rosmarin*, Knoblauch*, Petersilie*, Pfeffer*	Heimatgut GmbH	383	11,8	1,2	44,3	1,8	20,2	2,3	9,1
Heimatgut Linsen Chips (Rosmarin) Zutaten: Linsen 42 %*, Sonnenblumenöl*, Kartoffelstärke*, Kartoffelmehl*, Meersalz, Salz, Rosmarin 1 %*, Zwiebelpulver*, Knoblauch*, Pfeffer*, Liebstöckel*, Curcuma*	Heimatgut GmbH	519	24,4	2,1	63	1,4	10	2,1	3,8

Produkt Zutatenliste	Hersteller	kcal	Fett	davon ges. FS	Kohlen- hydrate	davon Zucker	Protein	Salz	Ballast- stoffe
		in 100 g	in g/ 100 g						
Heimatgut Linsen Chips (Sweet Chili) Zutaten: Linsen 41 %*, Sonnenblumenöl*, Kartoffelstärke*, Kartoffelmehl*, Meersalz, Tomatenpulver*, Salz, Lakritze*, Ingwer*, Knoblauch*, Cayennepfeffer*, Pfeffer*, Liebstöckel*, Paprikaextrakt*, Zitronenextrakt*, Curcuma*	Heimatgut GmbH	516	24,2	2	62,6	1,9	10,1	2,1	3,9
Lima Lentil Chips (Chili) Zutaten: Linsenmehl* 41 % Kartoffelstärke*, Kartoffelmehl*, Chiligewürzmischung* 5% (Meersalz, Paprika*, Knoblauch*, Zwiebeln*, Maismehl*, Koriander*, Bockshornklee*, Liebstöckel*, Chili*), Sonnenblumenöl*.	Lima® Food	396	4,9	0,6	70,1	1,8	15,1	4,3	5,4
Lima Lentil Chips (original) Zutaten: Linsenmehl* 44 % Kartoffelstärke*, Kartoffelmehl*, Sonnenblumenöl*, Meersalz, Kurkumapulver*.	Lima® Food	379	4,6	0,7	71	1,3	15,4	3,5	4,9
Durchschnitt:		439,2	15,6	1,5	56,7	3,5	15,1	2,3	6,4

Produkt Zutatenliste	Hersteller	kcal	Fett	davon ges. FS	Kohlen- hydrate	davon Zucker	Protein	Salz	Ballast- stoffe
		in 100 g	in g/ 100 g						
Chips aus Gemüse:									
Bio-Zentrale Gemüsechips (Rote Beete Meersalz) Zutaten: 68 % Rote Beete*, Sonnenblumenöl*, 1 % Meersalz.	Bio-Zentrale Naturprodukte GmbH	500	30	2,6	41	24	8,2	1,6	15
Bio-Zentrale Gemüsechips (Pastinake - schwarzer Pfeffer & Meersalz) Zutaten: 54 % Pastinake*, Sonnenblumenöl*, Kartoffelstärke*, 1,5 % schwarzer Pfeffer*, 1 % Meersalz, Säuerungsmittel: Zitronensäure	Bio-Zentrale Naturprodukte GmbH	534	39	3,3	34	17	5	1,2	16
Bio-Zentrale Gemüsechips (Chioggia Beete, Lila Süßkartoffel, Pastinake, Kartoffel - schwarzer Pfeffer & Meersalz) Zutaten: 63 % Gemüse* (Chioggia Beete*, lila Süßkartoffel*, Pastinake*, Kartoffel* in veränderlichen Gewichtsanteilen), Sonnenblumenöl*, Kartoffelstärke*, 1 % schwarzer Pfeffer*, 0,66 % Meersalz, Säuerungsmittel: Zitronensäure.	Bio-Zentrale Naturprodukte GmbH	511	33	2,8	42	14	6	0,9	12
Bio-Zentrale Gemüsechips (Süßkartoffel - Rosmarin) Zutaten: 58 % Süßkartoffel*, Sonnenblumenöl*, Kartoffelstärke*, 1,3 % Rosmarin*, Meersalz, Knoblauchpulver*.	Bio-Zentrale Naturprodukte GmbH	527	37	3,2	40	21	3,7	1,4	9
Edeka Bio violette & orange Sweet Potato Süßkartoffelchips (Meersalz) Zutaten: 42 % orangefarbige Süßkartoffeln*, Sonnenblumenöl*, 21 % violettfarbige Süßkartoffeln*, 1 % Meersalz	EDEKA ZENTRALE AG & Co. KG	519	35,8	3,1	40,4	17,5	3,6	1,4	k.a.
Snack Day Gemüsechips (Süßkartoffel) Zutaten: Süßkartoffeln 71 %, Sonnenblumenöl 28 %, Speisesalz 1 %	Lidl Dienstleistung GmbH & Co. KG	492	28	3,3	50,7	33,3	4,7	1,15	k.a.
Snack Day Gemüsechips Zutaten: Gemüse in veränderlichen Gewichtsanteilen 71 % (Rote Bete, Karotte, Pastinake, Süßkartoffel), Sonnenblumenöl 28 %, Speisesalz 1 %	Lidl Dienstleistung GmbH & Co. KG	463	28	3,3	41	31,1	5,3	1,38	k.a.

Produkt Zutatenliste	Hersteller	kcal	Fett	davon ges. FS	Kohlen- hydrate	davon Zucker	Protein	Salz	Ballast- stoffe
		in 100 g	in g/ 100 g						
Rewe beste Wahl Gemüse Chips Zutaten: Gemüse Mischung in veränderlichen Anteilen 62 % (Pastinake, Karotte, Süßkartoffel, rote Bete), Sonnenblumenöl, Meersalz 1 %	REWE Markt GmbH	507	37	3,2	32	20	5,1	1,2	k.a.
Kettle Veg Chips (lightly salted) Zutaten: Ausgewählte Gemüsesorten in veränderlichen Gewichtsanteilen (Pastinake, Süßkartoffel, Rote Beete), Sonnenblumenöl, Meersalz.	Kettle Foods Ltd.	514	32,9	2,4	44,1	21,3	5,3	1	10,1
Kettle Veg Chips (sea salt & balsamic vinegar) Zutaten: Gemüse in veränderlichen Gewichtsanteilen (60 %) (Pastinaken, Süßkartoffeln, Rote Bete), Sonnenblumenöl, Meersalz, Balsamicoessigpulver, Kartoffelmaltodextrin, Zucker, GERSTENMALZEISSIGPULVER, Säuerungsmittel: Citronensäure.	Kettle Foods Ltd.	517	35	2,4	39,1	20,1	5,9	1,8	10,8
Kettle Veg Chips (honey & black pepper) Zutaten: Gemüse in veränderlichen Gewichtsanteilen (60 %) (Pastinaken, Süßkartoffeln, Rote Bete), Sonnenblumenöl, Honigpulver, Zucker, Meersalz, grob gemahlener schwarzer Pfeffer, getrocknete Zwiebeln, Hefeextrakt, natürliches Aroma, schwarzer Pfeffer-Extrakt.	Kettle Foods Ltd.	522	36,4	2,6	37,3	22,5	5,4	1,2	11,7
Heimatgut Süßkartoffel Chips (gein gesalzen) Zutaten: Süßkartoffel* 61 %, Sonnenblumenöl*, Meersalz 1 %	Heimatgut GmbH	534	38,5	3,3	38,6	21,6	3,7	1,35	9,1
Heimatgut Gemüse Chips (fein gesalzen) Zutaten: 62 % Gemüse in veränderlichen Gewichtsanteilen (Pastinake*, Süßkartoffel*, rote Beete*), Sonnenblumenöl*, Meersalz	Heimatgut GmbH	527	36,7	3,1	36,9	21	5,7	1,33	13,4
Dörrwerk Crunchy Tomatoes (natur) Zutaten: Tomate (100 %)	DÖRRWERK GmbH	319	3,3	1,1	60	46	9,2	0,3	7,1
El Origen Organic Manioc Chips (salty) Zutaten: Maniok* (70 %), ungehärtetes Sonnenblumenöl*, Meersalz	el origen food GmbH	516	29	4	59	1	2	0,2	7

Produkt Zutatenliste	Hersteller	kcal	Fett	davon ges. FS	Kohlen- hydrate	davon Zucker	Protein	Salz	Ballast- stoffe
		in 100 g	in g/ 100 g						
Go Pure vegetable chips (mixed varieties) Zutaten: Gemüse 64 % (rote Bete*, Pastinake*, Karotte*, Süßkartoffel*) in veränderlichen Anteilen, Sonnenblumenöl*, Meersalz	Yellow Chips B.V.	493	39	3,5	31	27	4	1	k.a.
Go Pure fruits & veggies (apple, beetroot & parsnip chips, cinnamon & star anise) Zutaten: Gemüse 40 % (rote Bete*, Pastinake*) in veränderlichen Anteilen, getrocknete Äpfel* (33 %), Sonnenblumenöl*, Maismehl*, Zimt* (0,7 %), Sternanis* (0,2 %)	Yellow Chips B.V.	467	23	2	51	37	5,2	0,22	15
Go Pure fruits & veggies (apple, beetroot & parsnip chips) Zutaten: Gemüse 42 % (rote Bete*, Pastinake*) in veränderlichen Anteilen, getrocknete Äpfel* (33 %), Sonnenblumenöl*, Meersalz	Yellow Chips B.V.	467	24	2,1	50	38	5,2	1,21	15
Go Pure fruits & veggies (orange, carrot & beetroot chips terragon) Zutaten: Gemüse 53 % (rote Bete*, Karotte*) in veränderlichen Gewichtsanteilen, Sonnenblumenöl*, getrocknete Orange* (13 %), Maismehl*, Estragon* (1,5 %), Meersalz, Orange*, Zwiebelpulver*, Knoblauchpulver*, schwarzer Pfeffer*	Yellow Chips B.V.	484	28	2,4	45	35	6,6	1,35	15
Go Pure vegetable chips (sweet potato tomato & rosemary) Zutaten: Süßkartoffel* 57 %, Sonnenblumenöl*, Tomate 2,7 %, Meersalz, Rosmarin* 0,7 %, Paprikapulver*, Zwiebelpulver*, Knoblauchpulver*, Petersilie*, Cayennepfeffer*, Liebstöckelwurzel*	Yellow Chips B.V.	505	37	3,2	39	22	4	1,5	k.a.
Go Pure vegetable chips (mixed varieties chioggia beetroot, sweet potato & red potato) Zutaten: Gemüse 66 % (rote Bete Chioggia*, Süßkartoffeln*, rote Kartoffeln*) in veränderlichen Anteilen, Sonnenblumenöl*, Meersalz.	Yellow Chips B.V.	490	33	2,8	42	15,3	6,5	1,3	9,8
Durchschnitt:		495,62	31,6	2,84	42,58	24,08	5,2524	1,14	11,73

Produkt Zutatenliste	Hersteller	kcal	Fett	davon ges. FS	Kohlen- hydrate	davon Zucker	Protein	Salz	Ballast- stoffe
		in 100 g	in g/ 100 g						
Gepuffte Snacks:									
Byodo Knusperecken (Mais - schwarzer Reis) Zutaten: Gepuffter Mais* (65 %), schwarzer Reis* (25 %), Maiskeimöl* (9 %), Salz (1 %)	Byodo Naturkost GmbH	408	12,0	1,50	64	0,6	8,1	1,1	k.a.
Byodo Knusperecken (Mais) Zutaten: Gepuffter Mais* (90 %), Maiskeimöl* (9 %), Salz (1 %)	Byodo Naturkost GmbH	414	10,0	1,60	75	0,49	5,5	1	k.a.
Byodo Knusperecken (Reis - Erbse) Zutaten: Gepuffter Reis* (60 %), grüne Erbsen* (30 %), Maiskeimöl* (9 %), Salz (1 %)	Byodo Naturkost GmbH	437	12,0	1,80	69	0,7	11	1	k.a.
Byodo Knusperecken (Mais - Hülsenfrüchte) Zutaten: Gepuffter Mais* (60 %), Hülsenfrüchte* (30 %) (rote Linsen*, grüne Erbsen* gelbe Erbsen*, schwarze Bohnen*), Maiskeimöl* (9 %), Salz (1 %)	Byodo Naturkost GmbH	424	12,0	1,70	66	0,49	11	1	k.a.
dm bio Hirse Flips Zutaten: 99,85 % Hirsevollkornmehl*, 0,15 % Meersalz	dm-drogerie markt GmbH + Co. KG	387	4,0	1,00	74	0,8	12	0,15	4
Rewe Bio Mais Flips Zutaten: Maisgrieß 79,25 %, Palmöl, Speisesalz 0,75 %	REWE Markt GmbH	476	20,0	9,00	67	1,8	6,1	0,75	k.a.
Rewe Bio Mais-Hirse Flips Zutaten: Maisgrieß 65 %, Hirsemehl 35 %	REWE Markt GmbH	377	1,8	0,30	81,2	1	9	0,01	k.a.
Naschmonster Pufuletti (Maissnack mit Salz) Zutaten: Maisgrieß 92,4 %, Rapsöl, Salz 0,8 %	Food for Germany GmbH	405	6,8	0,70	75	1,5	9,9	0,8	2,1
Gusto Pufuletti (classic) Zutaten: Maisgrieß, Palmöl, Salz 0,75 %	Phoenixy - Gusto Pufuletti	473	19,7	8,30	67	1,8	6,1	0,75	1,9

Produkt Zutatenliste	Hersteller	kcal	Fett	davon ges. FS	Kohlen- hydrate	davon Zucker	Protein	Salz	Ballast- stoffe
		in 100 g	in g/ 100 g						
Sun Snacks Pufuleti Zutaten: Maisgrieß, Palmöl, Salz (0,75 %)	Unternehmensgruppe ALDI SÜD	473	19,7	8,30	67	1,8	6,1	0,75	k.a.
TerraSana Crunchy Triangles (Mais & Hülsenfrüchte) Zutaten: Mais 57 %, Hülsenfrüchte 30 % (Erbsen, schwarze Bohnen, rote Linsen, Kichererbsen), Pflanzenöle (Mais und Sonnenblumen), Erbsenprotein, Meersalz	TerraSana Bio-Organic Products	422	10,5	1,50	64,8	1,1	13,7	0,9	6,8
TerraSana Crunchy Triangles (Mais, Buchweizen & Amaranth) Zutaten: Mais* 58 %, Buchweizen* 26 %, Pflanzenöle* (Mais* und Sonnenblume*), Amaranth* 4 %, Meersalz.	TerraSana Bio-Organic Products	430	11,3	1,60	71,3	0,8	9,2	1,1	3,1
TerraSana Crunchy Triangles (schwarzer Reis) Zutaten: Schwarzer Reis 65 %, Reismehl*, Maismehl*, Pflanzenöle* (Mais* und Sonnenblumen*), Meersalz.	TerraSana Bio-Organic Products	441	11,5	1,70	74	0,6	8,2	1	4,1
Moniletti Manufaktur Zutaten: Mais	Moniletti e.U.	378	3,5	0,09	75	1,9	8,6	0,03	k.a.
Heimatgut Erdnuss Quinoa Flips Zutaten: Mais*, Quinoa 14,2 %*, Sonnenblumenöl*, Erdnuss 12,9 %*, Meersalz	Heimatgut GmbH	465	21,0	3,10	56	0,1	10	0,65	6,1
Heimatgut Erdnuss Hafer Flips Zutaten: Mais*, Haferflocken* 14,2 %, Sonnenblumenöl*, Erdnuss 12,9 %*, Meersalz	Heimatgut GmbH	436	20,0	3,10	58	0,009	10	0,72	5,6
Alnatura Hirsebällchen (Erdnuss) Zutaten: Hirse* 70%, ERDNÜSSE* geröstet 18%, Sonnenblumenöl*, Meersalz	Alnatura Produktions- und Handels GmbH	481	23,0	3,20	53	1,7	13	1,4	k.a.
Alnatura Hirsebällchen Zutaten: Hirse*, Meersalz	Alnatura Produktions- und Handels GmbH	384	4,0	0,90	73	1,2	12	0,23	k.a.

Produkt Zutatenliste	Hersteller	kcal	Fett	davon ges. FS	Kohlen- hydrate	davon Zucker	Protein	Salz	Ballast- stoffe
		in 100 g	in g/ 100 g						
Vendo Pufuleti (natur) Maisgrieß, Sonnenblumenöl, Salz.	Vendo Handels GmbH	444	16,0	2,60	67	1	6,5	1,1	3,4
Vendo Pufuleti (Käse) Zutaten: Maisgrieß*, Sonnenblumenöl, Salz, Käse Aroma (entält Gluten, Milch), Geschmacksverstärker: Mononatriumglutamat, Dinatriumguanylat, Dinatriuminosinat.	Vendo Handels GmbH	399	11,0	1,30	68	1,9	6,6	2	1,9
Bio Zentrale Maisecken (natur) Zutaten: 89 % Mais*, pflanzliche Öle* (Maisöl*, Sonnenblumenöl*), Meersalz, natürliches Olivenaroma.	Bio-Zentrale Naturprodukte GmbH	430	11,0	1,50	75	0,5	6	1	0
Bio Zentrale Maisecken (Hülsenfrüchte) Zutaten: gepuffter Mais* (60 %), Hülsenfrüchte* (30 %) (rote Linsen*, grüne Erbsen*, gelbe Erbsen*, schwarze Bohnen*), Maiskeimöl* (9 %), Salz (1 %)	Bio-Zentrale Naturprodukte GmbH	424	12,0	1,70	66	0,5	11	1	k.a.
Durchschnitt:		427,64	12,4	2,6	68,47	1,01	9,07	0,84	3,55

Produkt Zutatenliste	Hersteller	kcal	Fett	davon ges. FS	Kohlen- hydrate	davon Zucker	Protein	Salz	Ballast- stoffe
		in 100 g	in g/ 100 g						
Erdnussflips (als Vergleichsprodukte für gepuffte Snacks):									
Lorenz Erdnuß Locken Zutaten: Maisgrieß, Erdnuskerne (33 %), Sonnenblumenöl, Salz, Tomatenpulver, Dextrose, Aroma, Hefeextrakt, färbendes Lebensmittel: Paprikaextrakt	Lorenz Bahlsen Snack- World GmbH & Co KG Germany	499	25	3	52	2,3	14	2	4,9
Trafo corn peanuts Zutaten: Maisgrieß*, Erdnussbutter (33 %)*, Palmöl*, Meersalz	FZ Organic Food B.V.	469	26,9	8,4	49,7	0,7	13	1,86	2
ja! Erdnuß Flips Zutaten: Maisgrieß 57,6%, gemahlene Erdnuskerne 33%, Sonnenblumenöl 7%, Speisesalz	REWE Markt GmbH	490	24,4	3,7	51	2,6	13,8	2	k.a.
funny-frisch Erdnuss Flippies Zutaten: Maisgrieß, Erdnüsse (32%), Sonnenblumenöl, Speisesalz, Zucker, natürliches Aroma, Emulgator (Mono- und Diglyceride von Speisefettsäuren),	Intersnack Knabber- Gebäck GmbH & Co. KG	491	24	3,5	52	2,8	14	1,8	k.a.
Gut & Günstig Flips for Friends (Erdnuss) Zutaten: Maisgrieß, Erdnuskerne (33 %), Sonnenblumenöl, Salz, Tomatenpulver, Dextrose, Aroma, Hefeextrakt, färbendes Lebensmittel:	EDEKA ZENTRALE AG & Co. KG	481	23,9	4	49	2,3	14,4	2	6,1
Durchschnitt:		486,00	24,8	4,5	50,74	2,14	13,84	1,93	4,33333