

Ab April neu im Kühlregal:

**Jetzt geht's rund in der Pfanne!**

**Vega Lecker Pfannen-Taler: die vegane Brat- und Grillkäse-Alternative mit viel Protein und Calcium**



Aurich, im Februar 2023 – Hoher Proteingehalt, reich an ungesättigten Fettsäuren und Calciumquelle: Die neuen RÜCKER Vega Lecker Pfannen-Taler sind einfach eine runde Sache und eine attraktive wie leckere Brat- und Grillkäse-Alternative – perfekt für die kommende Grillsaison. Wer solange nicht warten möchte: Besonders knusprig gelingen sie in der Pfanne. Wie bei allen Vega Lecker Produkten mit den heimischen Rohstoffen Bio-Hanf und Kichererbsen ist auch bei den neuen Pfannen-Talern in den Sorten Natur und Kräuter nur drin, was gut ist.

**Nur drin, was gut ist:**

**High Protein, reich an ungesättigten Fettsäuren und Calciumquelle**

RÜCKER Vega Lecker ist Vorreiter für hochfunktionale, eiweißhaltige Produkte aus heimischen Rohstoffen. Damit entspricht Vega Lecker dem Wunsch ernährungsbewusster Menschen nach innovativen Lebensmitteln. Proteine aus Bio-Hanf und Kichererbsen sind daher auch das Superfood der neuen Pfannen-Taler – angereichert mit wichtigem Calcium. Das macht sie insbesondere wertvoll für die Zielgruppe der Ernährungsbewussten. Ein weiteres Plus: Sie sind reich an ungesättigten Fettsäuren, denen ein gesundheitsfördernder Effekt zugeschrieben wird. Zudem hergestellt ohne Zugabe von Zusatzstoffen und: ohne Kokos- oder Palmfett. Die vegane Brat- und Grillkäse-Alternative ist fix in der Pfanne (ca. 5 bis 6 Minuten mit 2 Esslöffel Öl bei mittlerer Hitze), in der Fritteuse bzw. im Airfryer, auf dem Grillrost bzw. dem Kontaktgrill zubereitet. Genauso vielseitig wie die Zubereitung sind auch die Verwendungsmöglichkeiten für die flexitarische, vegetarische und vegane Küche – zu Salat, Gemüse oder als vegane Burger-Patties (siehe Rezepte auf Seite 2).

„Als Familienunternehmen ist uns eine gesunde und nachhaltige Ernährung sehr wichtig. Mit unserem Pfannen-Taler zeigen wir erneut, dass auch pflanzliche Alternativen einen wichtigen Beitrag zu einer ausgewogenen Ernährung liefern können“, so Inhaberin Insa Rücker.

RÜCKER Vega Lecker Pfannen-Taler Natur bzw. Kräuter sind ab April im deutschen Handel und im Vega Lecker Onlineshop zum UVP von 2,49 Euro (150-g-Packung/2 x 75 g) erhältlich.

Nicht nur bei den Rohstoffen setzt RÜCKER Vega Lecker auf Nachhaltigkeit. Auch die Verpackung der Vega Lecker Pfannen-Taler ist im Altpapier bzw. in der Wertstofftonne recycelbar.

## Im Überblick

<b>Sorte</b>	<b>RÜCKER Vega Lecker Pfannen-Taler Natur bzw. RÜCKER Vega Lecker Pfannen-Taler Kräuter</b>																																														
<b>Inhalt</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pflanzliches Lebensmittel auf Hanfsamenbasis bzw. Pflanzliches Lebensmittel auf Hanfsamenbasis mit Kräutern</li> <li>• 100 % vegan, V-Label</li> <li>• Proteinquelle aus Hanf (in Bioqualität), reich an ungesättigten Fettsäuren, Calciumquelle</li> <li>• Ohne Zusatzstoffe</li> </ul>																																														
<b>Nährwerte</b>	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>Natur</th> <th>Kräuter</th> </tr> <tr> <th></th> <th>Pflanzliches Lebensmittel auf Hanfsamenbasis</th> <th>Pflanzliches Lebensmittel auf Hanfsamenbasis mit Kräutern</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td colspan="3"><b>100 g enthalten durchschnittlich:</b></td> </tr> <tr> <td><b>Brennwert</b></td> <td>532 kJ / 127 kcal</td> <td>532 kJ / 127 kcal</td> </tr> <tr> <td><b>Fett</b></td> <td>5,3 g</td> <td>5,3 g</td> </tr> <tr> <td>davon</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>- gesättigte Fettsäuren</td> <td>0,6 g</td> <td>0,6 g</td> </tr> <tr> <td>- einfach ungesättigte Fettsäuren</td> <td>2,1 g</td> <td>2,1 g</td> </tr> <tr> <td>- mehrfach ungesättigte Fettsäuren</td> <td>2,6 g</td> <td>2,6 g</td> </tr> <tr> <td><b>Kohlenhydrate</b></td> <td>12 g</td> <td>12 g</td> </tr> <tr> <td>davon Zucker</td> <td>&lt; 0,5 g</td> <td>&lt; 0,5 g</td> </tr> <tr> <td><b>Ballaststoffe</b></td> <td>2,7 g</td> <td>2,7 g</td> </tr> <tr> <td><b>Eiweiß</b></td> <td>6,5 g</td> <td>6,5 g</td> </tr> <tr> <td><b>Salz</b></td> <td>1,4 g</td> <td>1,4 g</td> </tr> <tr> <td><b>Calcium</b></td> <td>120 mg*</td> <td>120 mg*</td> </tr> </tbody> </table>		Natur	Kräuter		Pflanzliches Lebensmittel auf Hanfsamenbasis	Pflanzliches Lebensmittel auf Hanfsamenbasis mit Kräutern	<b>100 g enthalten durchschnittlich:</b>			<b>Brennwert</b>	532 kJ / 127 kcal	532 kJ / 127 kcal	<b>Fett</b>	5,3 g	5,3 g	davon			- gesättigte Fettsäuren	0,6 g	0,6 g	- einfach ungesättigte Fettsäuren	2,1 g	2,1 g	- mehrfach ungesättigte Fettsäuren	2,6 g	2,6 g	<b>Kohlenhydrate</b>	12 g	12 g	davon Zucker	< 0,5 g	< 0,5 g	<b>Ballaststoffe</b>	2,7 g	2,7 g	<b>Eiweiß</b>	6,5 g	6,5 g	<b>Salz</b>	1,4 g	1,4 g	<b>Calcium</b>	120 mg*	120 mg*	<p>* 15 % des Nährstoffbezugswertes</p>
	Natur	Kräuter																																													
	Pflanzliches Lebensmittel auf Hanfsamenbasis	Pflanzliches Lebensmittel auf Hanfsamenbasis mit Kräutern																																													
<b>100 g enthalten durchschnittlich:</b>																																															
<b>Brennwert</b>	532 kJ / 127 kcal	532 kJ / 127 kcal																																													
<b>Fett</b>	5,3 g	5,3 g																																													
davon																																															
- gesättigte Fettsäuren	0,6 g	0,6 g																																													
- einfach ungesättigte Fettsäuren	2,1 g	2,1 g																																													
- mehrfach ungesättigte Fettsäuren	2,6 g	2,6 g																																													
<b>Kohlenhydrate</b>	12 g	12 g																																													
davon Zucker	< 0,5 g	< 0,5 g																																													
<b>Ballaststoffe</b>	2,7 g	2,7 g																																													
<b>Eiweiß</b>	6,5 g	6,5 g																																													
<b>Salz</b>	1,4 g	1,4 g																																													
<b>Calcium</b>	120 mg*	120 mg*																																													
<b>Verpackung &amp; UVP</b>	Verpackung: 150 g (2 x 75 g) UVP: 2,49 Euro																																														

## Vega Lecker Pfannen-Taler Rezeptideen und -fotos

(Rezeptanleitungen und das Bildmaterial schicken wir gerne auf Anfrage zu.)



*Pfannen-Taler mit Avocado-Apfel-Carpaccio – mit Kresse & Koriander ein bunter Teller Grünes*



*Pfannen-Taler mit Italo-Topping mit Tomaten, Basilikum & Minze – serviert mit Ciabatta*



*Pfannen-Taler Peperonata – mit viel Paprika & Tomaten kommt Sonne auf den Tisch*



*Pfannen-Taler Burger – veganer Genuss mit Pilzen, Sprossen, Tomaten & Chili-Mayonnaise*

## Über das Familienunternehmen Rücker

Das Traditionsunternehmen Rücker mit Standorten in Aurich (Rücker GmbH) und Wismar (Ostsee-Molkerei Wismar GmbH) steht seit über 130 Jahren für Lebensmittelkompetenz aus Norddeutschland. Als Familienunternehmen, das von den Inhabern Insa und Klaus Rücker persönlich geführt wird und nach dem ZNU-Standard Nachhaltiger Wirtschaften zertifiziert ist, denkt und handelt Rücker in Generationen. Deshalb wurde Vega Lecker ins Leben gerufen – für eine gesunde und nachhaltige Ernährung mit heimischen Rohstoffen. Die Marke RÜCKER steht seit 1890 für Spezialitäten. Und das gilt auch für die veganen Produktinnovationen. Mega lecker? Vega Lecker!

### Weitere Informationen unter

Website: [vega-lecker.de](http://vega-lecker.de)

Instagram: [www.instagram.com/vega\\_lecker](https://www.instagram.com/vega_lecker)

Facebook: [www.facebook.com/vegaleckerofficial](https://www.facebook.com/vegaleckerofficial)

Druckfähige Pressefotos finden Sie hier zum Download: [vega-lecker.de/presse](http://vega-lecker.de/presse)

Weitere Fotos und Rezepte schicken wir Ihnen gerne auf Anfrage zu.

Abdruck honorarfrei (Fotocredit: RÜCKER Vega Lecker), Beleg erbeten. Vielen Dank!

### Pressekontakt

Rücker GmbH, Insa Rücker, Egelseer Straße 111, 26605 Aurich

Telefon: 0170-5417253, E-Mail: [iruecker@ruecker.org](mailto:iruecker@ruecker.org)

Kerstin Altmann, Oelkersallee 40, 22769 Hamburg

Telefon: 0176-20835996, E-Mail: [altmann@kerstin-altmann.de](mailto:altmann@kerstin-altmann.de)