

# LeguMMus Linse mild

Datum: 26.05.2019

200 g

mild

lactose-, hefe- und glutenfrei

## Beschreibung

Gemüseaufstrich aus gelben Linsen, einer milden Curry-Gewürzmischung und einem Hauch Limette.

## Zutaten

Wasser, Zwiebel, Limetten, Olivenöl, Zitronen, Curcuma, Bockshornklee, Koriander, **Senfkörner**, Cayennpfeffer, Ingwer, Meersalz, Linsen gelb, Pfeffer schwarz

## Allergene fett gedruckt

Speise kann Spuren von Getreidegluten, Erdnüssen, Lupine, Schalenfrüchten, SO<sub>2</sub> und Sulfiten, Senfsamen, Sellerie, Sesam und Soja enthalten.

## Nährwert pro 100 g

**482 kJ / 114 kcal / 0,94 BE**

Fett

4,96 g

davon gesättigte Fettsäuren

0,68 g

Kohlenhydrate

11,29 g

davon Zucker

0,92 g

Ballaststoffe

4,63 g

Eiweiß

6,26 g

Salz

0,87 g

Haltbarkeit bei 4-6°C: 15 Tage

