

Bio Dinkelrisotto mit Gemüse

Datum: 21.12.2025

300 g mild
lactose- und hefefrei

Beschreibung

Kräftiges, aber mildes Risotto aus geschliffenem Dinkelreis mit grünem Gemüse - auch als Zuspense sehr geschätzt.



Zutaten

Wasser, **Dinkelreis (20%)***, Zwiebeln*, Zucchini*, Erbsen*, **Sellerie (4%)***, Karotten*, Olivenöl*, Meersalz, Lauch*, Knoblauch*, Koriander*, Majoran*

* aus kontrolliert biologischem Anbau

Allergene fett gedruckt

Speise kann Spuren von Getreidegluten, Erdnüssen, Lupine, Schalenfrüchten, SO₂ und Sulfiten, Senfsamen, Sellerie, Sesam und Soja enthalten.

Nährwert pro 100 g

	396 kJ / 94 kcal / 1,03 BE
Fett	3,33 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,49 g
Kohlenhydrate	12,39 g
davon Zucker	1,64 g
Ballaststoffe	0,59 g
Eiweiß	3,26 g
Salz	0,88 g

Haltbarkeit bei 4-6°C: 14 Tage

