

# Bio Spargel mit Erdäpfeln

Datum: 21.12.2025

300 g mild  
lactose-, hefe- und glutenfrei

## Beschreibung

Elegantes Spargelragout aus Spitzen vom Marchfelder Spargel mit Kartoffeln.



## Zutaten

Kartoffeln\*, weisser Spargel\*, Wasser, Wasser, Zwiebeln\*, Olivenöl\*, Kichererbsenmehl\*, Meersalz, Petersilie\*, Kurkuma\*, Pfeffer schwarz\*, Muskatnuss\*

\* aus kontrolliert biologischem Anbau

## 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

	333 kJ / 79 kcal / 0,7 BE
Fett	4,03 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,61 g
Kohlenhydrate	8,44 g
davon Zucker	1,54 g
Ballaststoffe	1,62 g
Eiweiß	2,14 g
Salz	0,54 g

Haltbarkeit bei 4-6°C: 14 Tage

