

Spargel mit Erdäpfeln

Datum: 26.05.2019

300 g mild
lactose-, hefe- und glutenfrei

Beschreibung

Elegantes Spargelragout aus Spitzen vom Marchfelder Spargel mit Kartoffeln.

Zutaten

Kartoffel, Spargel weiss, Wasser, Kochsud, Zwiebel, Olivenöl, Kichererbsenmehl, Meersalz, Petersilie grün, Curcuma, Muskatnuss, Pfeffer schwarz

Allergene fett gedruckt

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

Nährwert pro 100 g

	330 kJ / 78 kcal / 0,7 BE
Fett	4,02 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,61 g
Kohlenhydrate	8,36 g
davon Zucker	1,57 g
Ballaststoffe	1,84 g
Eiweiß	2,08 g
Salz	0,54 g

Haltbarkeit bei 4-6°C: 7 Tage

