

LeguMMus Linse scharf

Datum: 21.07.2019

200 g scharf
lactose-, hefe- und glutenfrei

Beschreibung

Gemüseaufstrich aus Berglinsen mit deftiger Würze und einer Prise Chili.

Zutaten

Wasser, Linsen grün, Zwiebel, Limetten, Olivenöl, Zitronen, Knoblauch, Meersalz, Gewürzmischung (Paprika, Kreuzkümmel, Ingwer, Koriander, Bockshornklee, Hanfsamen, Cardamom, Knoblauch, Zimt, Curcuma, Fenchel, Wasabi, Gewürze, Rapsöl), Ahornsirup, Ingwer, Cumin, Chilischoten getrocknet, 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

	560 kJ / 133 kcal / 1,16 BE
Fett	5,32 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,71 g
Kohlenhydrate	13,94 g
davon Zucker	1,61 g
Ballaststoffe	5,44 g
Eiweiß	7,38 g
Salz	0,9 g

Haltbarkeit bei 4-6°C: 15 Tage

