

POKE BOWL Mexico

Datum: 18.08.2019

300 g würzig-scharf
lactose-, hefe- und glutenfrei

Beschreibung

Kichererbsen Spirelli in einer würzigen Chili Sauce mit Maiskörnern, schwarzen Chilibohnen und Paprikastücken.

Zutaten

Wasser, Zucchini, Bohnen schwarz, Kichererbsen Nudeln (Kichererbsen, Leinsamen), Kokosmilch (Kokosnussextrakt, Wasser), Paprikaschoten, Mais, Ajvar (Paprika, Auberginen, Sonnenblumenöl, Branntweinessig, Tomatenkonzentrat, Kochsalz, Zucker, Gewürze, Pfefferoni), Kichererbsen, Olivenöl, Balsamico Bianco (Weissweinessig, Traubenmost), Dattelsirup, Limetten, Meersalz, Knoblauch, Jalapeno Chili, Cumin, Paprikapulver geräuchert (Paprika, Rauch), **Sesammus**, Kochsud, 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

Fett	391 kJ / 93 kcal / 0,67 BE
davon gesättigte Fettsäuren	4,49 g
Kohlenhydrate	2,08 g
davon Zucker	8,0 g
Ballaststoffe	2,01 g
Eiweiß	3,98 g
Salz	3,98 g
	0,32 g

Haltbarkeit bei 4-6°C: 14 Tage

