

# LeguMMus Linse scharf

Datum: 18.08.2019

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, SO<sub>2</sub> und Sulfiten, Senfsamen, Sellerie, Sesam und Soja enthalten.

## Nährwert pro 100 g

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

**560 kJ / 133 kcal / 1,16 BE**

Haltbarkeit bei 4-6°C: 15 Tage

