

Bio LeguMMus Bohne

Datum: 10.11.2025

scharf

200 g scharf
lactose-, hefe- und glutenfrei

Beschreibung

Gemüseaufstrich aus schwarzen Chilibohnen mit einer Mischung aus orientalischen Gewürzen. Perfekt für Liebhaber der würzig-scharfen Küche.



Zutaten

Wasser, Bohnen schwarz*, Limetten*, Olivenöl*, Ahornsirup*, Zitronen*, Knoblauch*, Meersalz, Koriander*, Chili scharf*, Pfeffer*, Bockshornklee*, Kurkuma*, Kreuzkümmel*, Zimt*, Kardamom*, Chili*, Fenchel*, **Senfsaat***, Knoblauch*, Paprika*, Ingwer*, Muskatnuss*, Galgant*, Nelken*, Orangenschale (BIO Orangenschalen, BIO Orangenöl)*

* aus kontrolliert biologischem Anbau

Allergene fett gedruckt

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

Nährwert pro 100 g

| | |
|-----------------------------|------------------------------------|
| | 773 kJ / 184 kcal / 1,55 BE |
| Fett | 8,13 g |
| davon gesättigte Fettsäuren | 1,11 g |
| Kohlenhydrate | 18,64 g |
| davon Zucker | 4,63 g |
| Ballaststoffe | 9,37 g |
| Eiweiß | 8,59 g |
| Salz | 0,98 g |

Haltbarkeit bei 4-6°C: 15 Tage

