

Gemüsecurry

Datum: 21.09.2019

300 g scharf
lactose-, hefe- und glutenfrei

Beschreibung

Paprika, Fazole, Kichererbse und Kartoffel in Gesellschaft mit Jackfruit in einem deftigen Curry. Anregende Chili-Schärfe und ein samtiges Kokosaroma sorgen für ein ausgewogenes Geschmackserlebnis.



Zutaten

Kartoffel*, Zwiebel*, Wasser, Fisolen, Kokosmilch (Kokosnussextrakt, Wasser)*, Paprikaschoten*, Kichererbsen, Jackfrucht*, Gemüsejulienne (**Sellerie**, Karotten, Lauch), Olivenöl*, Gewürze (Bockshornklee, Koriander, Kurkuma, Kreuzkümmel, Chili, **Senfkörner**, Pfeffer, Kardamom, Muskatnuss, Galant, Zimt), Dattelsirup*, Meersalz, Ingwer, Knoblauch*, Chilischoten getrocknet

* 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

	360 kJ / 85 kcal / 0,58 BE
Fett	5,37 g
davon gesättigte Fettsäuren	2,76 g
Kohlenhydrate	6,96 g
davon Zucker	2,61 g
Ballaststoffe	2,25 g
Eiweiß	1,78 g
Salz	0,83 g

Haltbarkeit bei 4-6°C: 21 Tage

