

Paradeiskraut mit Erdäpfeln

Datum: 21.09.2019

300 g würzig
lactose-, hefe- und glutenfrei

Beschreibung

Frisches Kraut mit Paradeisern und Gewürzen in Birnensaft leicht gekocht und mit Erdäpfeln zu einer traditionellen Speise ergänzt.

Zutaten

Kartoffel, Kraut weiss, Tomaten, Birnensaft, Zwiebel, Wasser, Olivenöl, Gemüsejulienne (**Sellerie**, Karotten, Lauch), Zwiebel, Tomatenmark, Dattelsirup, Meersalz, Knoblauch, Jalapeno Chili, Curcuma, Koriander, Majoran, Kümmel, Paprikapulver geräuchert (Paprika, Rauch)

Allergene fett gedruckt

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

Nährwert pro 100 g

	339 kJ / 80 kcal / 0,88 BE
Fett	3,25 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,49 g
Kohlenhydrate	10,56 g
davon Zucker	5,53 g
Ballaststoffe	2,4 g
Eiweiß	1,71 g
Salz	0,79 g

Haltbarkeit bei 4-6°C: 21 Tage

