

# Bio Bulgur mit Paradeisern

Datum: 30.12.2025

300 g mild  
lactose- und hefefrei

## Beschreibung

Sonnengereifte Paradeiser geben dem Gericht den unverwechselbaren Umami-Geschmack.



## Zutaten

Wasser, Bulgur (**Weizen**)\*, Zwiebeln\*, Tomaten getrocknet\*, Paprikaschoten\*, Olivenöl\*, **Sellerie (3%)**\*, Karotten\*, Knoblauch\*, Lauch\*, Meersalz, Rosmarin\*

\* aus kontrolliert biologischem Anbau

## 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  
davon gesättigte Fettsäuren  
Kohlenhydrate  
davon Zucker  
Ballaststoffe  
Eiweiß  
Salz

**482 kJ / 114 kcal / 1,46 BE**

3,34 g  
0,53 g  
17,55 g  
2,43 g  
1,12 g  
3,52 g  
0,62 g

Haltbarkeit bei 4-6°C: 21 Tage

