

# Bio LeguMMus Spinat

Datum: 16.12.2019

200 g würzig  
lactose-, hefe- und glutenfrei

## Beschreibung

Gemüseaufstrich aus Kichererbsen und viel Spinat, mit Knoblauch, Ingwer und Limette gewürzt.

## Zutaten

Spinat\*, Wasser, Kichererbsen\*, Limetten\*, Olivenöl\*, Knoblauch\*, Ingwer\*, Meersalz, Pfeffer schwarz\*

\* 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

**477 kJ / 113 kcal / 0,91 BE**

Fett	5,01 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,54 g
Kohlenhydrate	10,88 g
davon Zucker	0,64 g
Ballaststoffe	4,48 g
Eiweiß	5,76 g
Salz	0,4 g

Haltbarkeit bei 4-6°C: 10 Tage



# Bio LeguMMus Spinat

Datum: 16.12.2019

200 g würzig  
lactose-, hefe- und glutenfrei

## Beschreibung

Gemüseaufstrich aus Kichererbsen und viel Spinat, mit Knoblauch, Ingwer und Limette gewürzt.

## Zutaten

Spinat\*, Wasser, Kichererbsen\*, Limetten\*, Olivenöl\*, Knoblauch\*, Ingwer\*, Meersalz, Pfeffer schwarz\*

\* 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

	<b>477 kJ / 113 kcal / 0,91 BE</b>
Fett	5,01 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,54 g
Kohlenhydrate	10,88 g
davon Zucker	0,64 g
Ballaststoffe	4,48 g
Eiweiß	5,76 g
Salz	0,4 g

Haltbarkeit bei 4-6°C: 10 Tage

