

# Bio LeguMMus Kürbis

Datum: 20.03.2026

200 g                      würzig  
lactose-, hefe- und glutenfrei

## Beschreibung

Gemüseaufstrich aus Kichererbsen mit Kürbiskernöl und gehackten Kürbiskernen.



## Zutaten

Wasser, Kichererbsen\*, Limetten\*, Kürbiskerne\*, Olivenöl\*, Kürbiskernöl\*, Knoblauch\*, Meersalz, Pfeffer schwarz\*, Wasser

\* 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                        | 12,89 g |
| davon gesättigte Fettsäuren | 1,83 g  |
| Kohlenhydrate               | 15,47 g |
| davon Zucker                | 0,88 g  |
| Ballaststoffe               | 5,22 g  |
| Eiweiß                      | 8,33 g  |
| Salz                        | 0,88 g  |

**888 kJ / 211 kcal / 1,29 BE**

Haltbarkeit bei 4-6°C: 15 Tage

