

Bio Dinkelrisotto mit Gemüse

Datum: 18.02.2020

300 g mild
lactose- und hefefrei

Beschreibung

Kräftiges, aber mildes Risotto aus geschliffenem Dinkelreis mit grünem Gemüse - auch als Zuspese sehr geschätzt.



Zutaten

Meersalz, Knoblauch*, Wasser, **Dinkelreis***, Zwiebeln*, Zucchini*, Erbsen*, Karotten*, **Sellerie***, Olivenöl*, Lauch*, Koriander*, Majoran*

* 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

Fett	3,27 g	390 kJ / 92 kcal / 1,02 BE
davon gesättigte Fettsäuren	0,48 g	
Kohlenhydrate	12,19 g	
davon Zucker	1,61 g	
Ballaststoffe	0,58 g	
Eiweiß	3,2 g	
Salz	0,87 g	

Haltbarkeit bei 4-6°C: 14 Tage

