

# Bio Gebundene Karotten-Kokos Suppe

Datum: 21.03.2026

300 g mild-würzig  
lactose-, hefe- und glutenfrei

## Beschreibung

Cremige Suppe aus Karotten mit dem zarten Aroma der Kokosnuss und einer ausgewogenen Gewürzmischung.



## Zutaten

Wasser, Karotten\*, Kokosmilch (BIO Kokosnussextrakt, Wasser)\*, Zwiebeln\*, **Sellerie (2%)\***, Karotten\*, Olivenöl\*, Kichererbsenmehl\*, Lauch\*, Kokosflocken\*, Dattelsirup\*, Meersalz, Ingwer\*, Chili\*, Kardamom\*

\* 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                        | 211 kJ / 50 kcal / 0,24 BE |
| davon gesättigte Fettsäuren | 3,75 g                     |
| Kohlenhydrate               | 2,7 g                      |
| davon Zucker                | 2,94 g                     |
| Ballaststoffe               | 2,55 g                     |
| Eiweiß                      | 1,54 g                     |
| Salz                        | 0,83 g                     |
|                             | 0,47 g                     |

Haltbarkeit bei 4-6°C: 14 Tage

