

Bio Spargel mit Erdäpfeln

Datum: 21.03.2026

300 g mild
lactose-, hefe- und glutenfrei

Beschreibung

Elegantes Spargelragout aus Spitzen vom Marchfelder Spargel mit Kartoffeln.



Zutaten

Kartoffeln*, weisser Spargel*, Wasser, Wasser, Zwiebeln*, Olivenöl*, Kichererbsenmehl*, Meersalz, Petersilie*, Kurkuma*, Pfeffer schwarz*, Muskatnuss*

* 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

	333 kJ / 79 kcal / 0,7 BE
Fett	4,03 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,61 g
Kohlenhydrate	8,44 g
davon Zucker	1,54 g
Ballaststoffe	1,62 g
Eiweiß	2,14 g
Salz	0,54 g

Haltbarkeit bei 4-6°C: 14 Tage

