

Bio Süsskartoffel-Kokos

Datum: 07.06.2020

Risotto

300 g würrig
lactose-, hefe- und glutenfrei

Beschreibung

Cremiges Risotto aus weißem Reis mit Süsskartoffeln, Zwiebeln und Gewürzen.



Zutaten

Wasser, Süsskartoffeln*, weißer Reis*, Kokosmilch (BIO Kokosnussextrakt, Wasser)*, Zwiebeln*, Zwiebeln*, Olivenöl*, **Sellerie (2%)***, Karotten*, Zitronen*, Meersalz, Knoblauch*, Dattelsirup*, Lauch*, Jalapeno Chili*, Pfeffer schwarz*, Kurkuma*, 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

Fett	6,15 g	686 kJ / 163 kcal / 2,02 BE
davon gesättigte Fettsäuren	3,36 g	
Kohlenhydrate	24,22 g	
davon Zucker	2,92 g	
Ballaststoffe	1,51 g	
Eiweiß	2,45 g	
Salz	0,68 g	

Haltbarkeit bei 4-6°C: 21 Tage

