

Bio Dinkelrisotto mit Gemüse

Datum: 30.10.2020

300 g mild
lactose- und hefefrei

Beschreibung

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



Zutaten

Wasser, **Dinkelreis (20%)***, Zwiebeln*, Zucchini*, Erbsen*, **Sellerie (4%)***, Karotten*, Olivenöl*, Meersalz, Lauch*, Knoblauch*, 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
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
	390 kJ / 92 kcal / 1,02 BE

Haltbarkeit bei 4-6°C: 14 Tage

