

# Bio Kohlroulade in Paradeissauce

Datum: 16.02.2026

300 g                      würzig  
lactose-, hefe- und glutenfrei

## Beschreibung

Blätter vom Wirsingkohl mit einer würzigen Linsenfülle in Paradeissauce.



## Zutaten

Wasser, Tomaten\*, Wirsingkohl\*, Buchweizen Korn\*, Linsen grün\*, Zwiebeln\*, Buchweizenmehl\*, Rapsöl\*, Kastanienmehl\*, Zwiebeln\*, Olivenöl\*, Meersalz, Limetten\*, Tomatenmark\*, Kichererbsenmehl\*, Dattelsirup\*, Guarkernmehl\*, Zitronen\*, Knoblauch\*, BIO Kurkuma, BIO Koriander, BIO **Senfsaat**, BIO Paprika, BIO Bockshornklee, BIO Fenchel, BIO Basilikum, BIO Ingwer, BIO Rosmarin, BIO Oregano, BIO Thymian, BIO Knoblauch, BIO Salbei, BIO Kreuzkümmel\*, Ahornsirup\*, Ingwer\*, Chili\*, Cumin, Kreuzkümmel\*, Pfeffer\*

\* 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

	<b>503 kJ / 119 kcal / 1,17 BE</b>
Fett	5,53 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,54 g
Kohlenhydrate	14,01 g
davon Zucker	2,27 g
Ballaststoffe	1,95 g
Eiweiß	3,18 g
Salz	0,97 g

Haltbarkeit bei 4-6°C: 21 Tage

