

# **Bio Kohlroulade in Paradeissauce**

Datum: 16.02.2026

## 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

|                             |         |
|-----------------------------|---------|
| 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

