

Bio Gemüsecurry

Datum: 24.06.2021

300 g scharf
lactose-, hefe- und glutenfrei

Beschreibung

Paprika, Fisole, Kichererbse und Kartoffel in Gesellschaft mit Jackfruit in einem deftigen Curry. Anregende Chili-Schärfe und ein samtiges Kokosaroma sorgen für ein ausgewogenes Geschmackserlebnis.



Zutaten

Kartoffeln*, Zwiebeln*, Wasser, Fisolen*, Kokosmilch (BIO Kokosnussextrakt, Wasser)*, Paprikaschoten*, Kichererbsen*, Jackfrucht*, Olivenöl*, **Sellerie***, Karotten*, Tomatenmark*, Dattelsirup*, Meersalz, Ingwer*, Knoblauch*, Sumach*, Lauch*, Bockshornklee*, Koriander*, Kurkuma*, Kreuzkümmel*, Chili*, **Senfsaat***, Pfeffer*, Ingwer*, Fenchel*, Knoblauch*, Paprika*, Kardamom*, Muskatnuss*, Galgant*, Zimt*

* 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	5,66 g
davon gesättigte Fettsäuren	2,9 g
Kohlenhydrate	8,58 g
davon Zucker	2,85 g
Ballaststoffe	2,75 g
Eiweiß	2,24 g
Salz	0,81 g

414 kJ / 98 kcal / 0,71 BE

Haltbarkeit bei 4-6°C: 21 Tage

