

Bio WRAP Hummus-Gemüse

Datum: 16.02.2026

250 g würzig
lactose- und hefefrei

Beschreibung

Weizentortilla mit LeguMMus Hummes und frischem Gemüse.



Zutaten

Wasser, Zucchini*, Chinakohl*, **Weizenmehl***, Kichererbsen*, Kraut rot*, Zwiebeln*, Paprikaschoten*, Limetten*, Olivenöl*, Knoblauch*, Meersalz, Kreuzkümmel*, Kokosöl*, Pfeffer schwarz*, Kurkuma*, **Sesammus***, Wasser

* 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 | 7,0 g |
| davon gesättigte Fettsäuren | 1,11 g |
| Kohlenhydrate | 17,61 g |
| davon Zucker | 1,87 g |
| Ballaststoffe | 3,51 g |
| Eiweiß | 5,79 g |
| Salz | 0,61 g |

652 kJ / 155 kcal / 1,47 BE

Haltbarkeit bei 4-6°C: 2 Tage

