

Bio Bulgur mit Paradeisern

Datum: 16.02.2026

300 g mild

lactose- und hefefrei

Beschreibung

Sonnengereifte Paradeiser geben dem Gericht den unverwechselbaren Umami-Geschmack.



Zutaten

Wasser, Bulgur (**Weizen**)*, Zwiebeln*, Tomaten getrocknet*, Paprikaschoten*, Olivenöl*, **Sellerie (3%)***, Karotten*, Knoblauch*, Lauch*, Meersalz, Rosmarin*

* 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	3,34 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,53 g
Kohlenhydrate	17,55 g
davon Zucker	2,43 g
Ballaststoffe	1,12 g
Eiweiß	3,52 g
Salz	0,62 g

482 kJ / 114 kcal / 1,46 BE

Haltbarkeit bei 4-6°C: 21 Tage

