Bio Kohlrabi mit Erdäpfeln

Datum: 15.09.2025

300 g mild

lactose-, hefe- und glutenfrei

Beschreibung

Mild, nussige Speise mit einem Hauch Muskat und Petersilie.
Ein Klassiker aus Großmutters Küche.

Zutaten

Kohlrabi*, Kartoffeln*, Wasser, Zwiebeln*, Olivenöl*, Kichererbsenmehl*, Meersalz, Petersilie*, Kurkuma*, Muskatnuss*, Pfeffer*

* aus kontrolliert biologischem Anbau

Allergene fett gedruckt

Speise kann Spuren von Getreidegluten, Erdnüssen, Lupine, Schalenfrüchten, SO_2 und Sulfiten, Senfsamen, Sellerie, Sesam und Soja enthalten.

Nährwert pro 100 g	**344 kJ / 82 kcal / 0,76 BE**
Fett	3,98 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,6 g
Kohlenhydrate	9,12 g
davon Zucker	2,57 g
Ballaststoffe	1,73 g
Eiweiß	2,29 g
Salz	0,64 g

Haltbarkeit bei 4-6°C: 14 Tage

9 010551 425307