

Bio Couscous mit Cashew

Datum: 14.12.2025

300 g mild
lactose- und hefefrei

Beschreibung

Mild gewürzter Couscous mit buntem Gemüse und Cashewkernen. Das mögen Kinder besonders gerne.



Zutaten

Wasser, Couscous (**Weizen**)*, Karotten*, Zwiebeln*, Erbsen*, **Sellerie (5%)***, Karotten*, Olivenöl*, **Cashewnüsse (2%)***, Lauch*, Meersalz, Muskatnuss*

* 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 | 5,38 g |
| davon gesättigte Fettsäuren | 0,92 g |
| Kohlenhydrate | 18,6 g |
| davon Zucker | 2,16 g |
| Ballaststoffe | 0,77 g |
| Eiweiß | 4,49 g |
| Salz | 0,51 g |
| 607 kJ / 144 kcal / 1,55 BE | |

Haltbarkeit bei 4-6°C: 14 Tage

