

LeguMMus Linsencurry

Datum: 14.12.2018

scharf

100 g scharf
lactose-, hefe- und glutenfrei

Zutaten

Wasser, Linsen grün, Zwiebel, Limetten, Olivenöl, Zitronen, Knoblauch, Meersalz, Gewürzmischung (Paprika, Kreuzkümmel, Ingwer, Koriander, Bockshornklee, Hanfsamen, Cardamom, Knoblauch, Zimt, Curcuma, Fenchel, Wasabi, Gewürze, Rapsöl), Ahornsirup, Ingwer, Cumin, Chilischoten getrocknet, Pfeffer schwarz

Allergene fett gedruckt

Speise kann Spuren von Getreidegluten, Erdnüssen, Lupine, Schalenfrüchten, SO₂ und Sulfiten, Senfsamen, Sellerie, Sesam und Soja enthalten.

Nährwert pro 100 g

	560 kJ / 133 kcal / 1,16 BE
Fett	5,32 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,71 g
Kohlenhydrate	13,94 g
davon Zucker	1,61 g
Ballaststoffe	5,44 g
Eiweiß	7,38 g
Salz	0,9 g

Haltbarkeit bei 4-6°C: 10 Tage

