

# Bio Krautfleckerl

Datum: 11.04.2026

300 g würzig  
lactose- und hefefrei

## Beschreibung

Ein Klassiker aus der traditionellen Küche mit einem Hauch Kreuzkümmel und Sesam.



## Zutaten

Kraut weiss\*, Dinkel-Hirse Fleckerl (**Dinkel**, Hirse)\*, Zwiebeln\*, Wasser, Rapsöl\*, Kichererbsen\*, Meersalz, Rohrohrzucker\*, **Sesamus\***, Limetten\*, Olivenöl\*, Knoblauch\*, Kreuzkümmel\*, Pfeffer\*, Chili\*, Wasser

\* aus kontrolliert biologischem Anbau

## Allergene fett gedruckt

Speise kann Spuren von Getreidegluten, Erdnüssen, Lupine, Schalenfrüchten, SO<sub>2</sub> und Sulfiten, Senfsamen, Sellerie, Sesam und Soja enthalten.

## Nährwert pro 100 g

Fett	4,08 g	<b>592 kJ / 141 kcal / 1,74 BE</b>
davon gesättigte Fettsäuren	0,47 g	
Kohlenhydrate	20,84 g	
davon Zucker	3,79 g	
Ballaststoffe	1,97 g	
Eiweiß	4,73 g	
Salz	0,86 g	

Haltbarkeit bei 4-6°C: 14 Tage

