

# Bio LeguMMus Linse mild

Datum: 14.09.2025

200 g                    mild  
lactose-, hefe- und glutenfrei

## Beschreibung

Gemüseaufstrich aus gelben Linsen, einer milden Curry-Gewürzmischung und einem Hauch Limette.



## Zutaten

Wasser, Linsen gelb\*, Zwiebeln\*, Limetten\*, Olivenöl\*, Zitronen\*, Meersalz, Kurkuma\*, Bockshornklee\*, **Senfsaat\***, Koriander\*, Pfeffer\*, Chili\*, Ingwer\*

\* 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                               | 5,72 g  |
| davon gesättigte Fettsäuren        | 0,76 g  |
| Kohlenhydrate                      | 15,31 g |
| davon Zucker                       | 0,89 g  |
| Ballaststoffe                      | 6,77 g  |
| Eiweiß                             | 8,58 g  |
| Salz                               | 1,03 g  |
| <b>620 kJ / 147 kcal / 1,28 BE</b> |         |

Haltbarkeit bei 4-6°C: 15 Tage

