

# Bio WRAP Hummus-Gemüse

Datum: 09.01.2026

250 g würzig  
lactose- und hefefrei

## Beschreibung

Weizentortilla mit LeguMMus Hummes und frischem Gemüse.



## Zutaten

Wasser, Zucchini\*, Chinakohl\*, **Weizenmehl\***, Kichererbsen\*, Kraut rot\*, Zwiebeln\*, Paprikaschoten\*, Limetten\*, Olivenöl\*, Knoblauch\*, Meersalz, Kreuzkümmel\*, Kokosöl\*, Pfeffer schwarz\*, Kurkuma\*, **Sesammus\***, 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	7,0 g
davon gesättigte Fettsäuren	1,11 g
Kohlenhydrate	17,61 g
davon Zucker	1,87 g
Ballaststoffe	3,51 g
Eiweiß	5,79 g
Salz	0,61 g

**652 kJ / 155 kcal / 1,47 BE**

Haltbarkeit bei 4-6°C: 2 Tage

