

# Bio LeguMMus Kurkuma

Datum: 09.01.2026

200 g würzig-scharf  
lactose-, hefe- und glutenfrei

## Beschreibung

Gemüseaufstrich aus Kichererbsen, gemahlener Kurkumawurzel, frischem Ingwer und einem Hauch Knoblauch und Chili.



## Zutaten

Wasser, Kichererbsen\*, Olivenöl\*, Limetten\*, Knoblauch\*, Ingwer\*, Meersalz, Kurkuma\*, Chili\*, Pfeffer schwarz\*, 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

	791 kJ / 188 kcal / 1,41 BE
Fett	10,31 g
davon gesättigte Fettsäuren	1,23 g
Kohlenhydrate	16,96 g
davon Zucker	0,93 g
Ballaststoffe	5,8 g
Eiweiß	6,79 g
Salz	1,16 g

Haltbarkeit bei 4-6°C: 15 Tage

