## **Bio Couscous mit Cashew**

300 g mild

lactose- und hefefrei

## **Beschreibung**

Mild gewürzter Couscous mit buntem Gemüse und Cashewkernen. Das mögen Kinder besonders gerne.



Datum: 05.11.2025

## **Zutaten**

Wasser, Couscous (**Weizen**)\*, Karotten\*, Zwiebeln\*, Erbsen\*, **Sellerie (5%)**\*, Karotten\*, Olivenöl\*, **Cashewnüsse (2%)**\*, Lauch\*, Meersalz, Muskatnuss\*

## 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	607 kJ / 144 kcal / 1,55 BE
Fett	5,38 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,92 g
Kohlenhydrate	18,6 g
davon Zucker	2,16 g
Ballaststoffe	0,77 g
Eiweiß	4,49 g
Salz	0,51 g

Haltbarkeit bei 4-6°C: 14 Tage

9 010551 433302

<sup>\*</sup> aus kontrolliert biologischem Anbau