

# Bio LeguMMus Hummus

Datum: 05.11.2025

200 g würzig  
lactose-, hefe- und glutenfrei

## Beschreibung

Gemüseaufstrich aus Kichererbsen und Sesammus mit einem Hauch Limette und Kreuzkümmel.



## Zutaten

Wasser, Kichererbsen\*, Limetten\*, Olivenöl\*, Knoblauch\*, Meersalz, Kreuzkümmel\*, Pfeffer schwarz\*, **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

	<b>991 kJ / 236 kcal / 1,3 BE</b>
Fett	16,0 g
davon gesättigte Fettsäuren	2,12 g
Kohlenhydrate	15,65 g
davon Zucker	0,87 g
Ballaststoffe	5,95 g
Eiweiß	8,49 g
Salz	0,84 g

Haltbarkeit bei 4-6°C: 15 Tage

