

# Bio Rote Linsensuppe

Datum: 05.11.2025

300 g                      würzig  
lactose-, hefe- und glutenfrei

## Beschreibung

Orientalisch gewürztes Linsensüppchen mit Chili und einem Schuss Kokosmilch



## Zutaten

Wasser, Linsen rot\*, Kokosmilch (BIO Kokosnussextrakt, Wasser)\*, Zwiebeln\*, **Sellerie (3%)\***, Karotten\*, Olivenöl\*, Ingwer\*, Meersalz, Knoblauch\*, Lauch\*, Bockshornklee\*, Koriander\*, Kurkuma\*, Chili\*, Kreuzkümmel\*, Ingwer\*, Knoblauch\*, **Senfkörner\***, Paprika\*, Pfeffer schwarz\*, Fenchel\*, Kardamom\*, Zimt\*, Muskatnuss\*, Galgant\*

\* 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                        | <b>341 kJ / 81 kcal / 0,65 BE</b> |
| davon gesättigte Fettsäuren | 3,57 g                            |
| Kohlenhydrate               | 1,99 g                            |
| davon Zucker                | 7,77 g                            |
| Ballaststoffe               | 0,91 g                            |
| Eiweiß                      | 3,37 g                            |
| Salz                        | 4,26 g                            |
|                             | 0,83 g                            |

Haltbarkeit bei 4-6°C: 21 Tage

