Bio Scharfe Linsen mit Gemüse

Datum: 06.11.2025

300 g würzig-scharf

lactose-, hefe- und glutenfrei

Beschreibung

Kräftige Linsenspeise mit afrikanischen Gewürzaromen.

Zutaten

Wasser, Linsen grün*, Süsskartoffeln*, Zitronen*, Olivenöl*, Zwiebeln*, Dattelsirup*, Knoblauch*, Meersalz, Ingwer*, Gewürze (BIO Koriander, BIO Kurkuma, BIO Kreuzkümmel, BIO Schwarzkümmel, BIO Bockshornklee, BIO Paprika, BIO Zimt, BIO Kardamom, BIO Muskat, BIO Nelken, BIO Anis, BIO Ingwer, BIO Lavendel, BIO Lorbeerblätter, BIO Pfeffer, BIO Piment)*, Chili*, Chili scharf*

* aus kontrolliert biologischem Anbau

Allergene fett gedruckt

Speise kann Spuren von Getreidegluten, Erdnüssen, Lupine, Schalenfrüchten, SO_2 und Sulfiten, Senfsamen, Sellerie, Sesam und Soja enthalten.

Nährwert pro 100 g	**419 kJ / 99 kcal / 1,18 BE**
Fett	2,42 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,31 g
Kohlenhydrate	14,11 g
davon Zucker	2,28 g
Ballaststoffe	4,66 g
Eiweiß	5,21 g
Salz	0,57 g

Haltbarkeit bei 4-6°C: 21 Tage

9 010551 411300