

Bio Süsskartoffel-Kokos

Datum: 24.03.2026

Risotto

300 g würzig
lactose-, hefe- und glutenfrei

Beschreibung

Cremiges Risotto aus weißem Reis mit Süsskartoffeln, Zwiebeln und Gewürzen.



Zutaten

Wasser, Süsskartoffeln*, weißer Reis*, Kokosmilch (BIO Kokosnussextrakt, Wasser)*, Zwiebeln*, Olivenöl*, Zitronen*, Dattelsirup*, Knoblauch*, Meersalz, Zwiebeln*, **Sellerie***, Karotten*, Chili*, Kurkuma*, Pfeffer*, Muskatnuss*

* aus kontrolliert biologischem Anbau

Allergene fett gedruckt

Speise kann Spuren von Getreidegluten, Erdnüssen, Lupine, Schalenfrüchten, SO₂ und Sulfiten, Senfsamen, Sellerie, Sesam und Soja enthalten.

Nährwert pro 100 g

Fett	662 kJ / 157 kcal / 1,96 BE
davon gesättigte Fettsäuren	5,84 g
Kohlenhydrate	3,26 g
davon Zucker	23,46 g
Ballaststoffe	2,73 g
Eiweiß	1,76 g
Salz	2,4 g
	0,67 g

Haltbarkeit bei 4-6°C: 21 Tage

