

Bio LeguMMus Linse

Datum: 24.12.2025

scharf

200 g scharf
lactose-, hefe- und glutenfrei

Beschreibung

Gemüseaufstrich aus Berglinsen mit deftiger Würze und einer Prise Chili.



Zutaten

Wasser, Linsen grün*, Zwiebeln*, Limetten*, Olivenöl*, Zitronen*, Meersalz, Knoblauch*, BIO Kurkuma, BIO Koriander, BIO **Senfsaat**, BIO Paprika, BIO Bockshornklee, BIO Fenchel, BIO Basilikum, BIO Ingwer, BIO Rosmarin, BIO Oregano, BIO Thymian, BIO Knoblauch, BIO Salbei, BIO Kreuzkümmel*, Ahornsirup*, Ingwer*, Chili*, Kreuzkümmel*, Pfeffer*

* 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

| | |
|-----------------------------|------------------------------------|
| | 559 kJ / 133 kcal / 1,21 BE |
| Fett | 4,95 g |
| davon gesättigte Fettsäuren | 0,66 g |
| Kohlenhydrate | 14,51 g |
| davon Zucker | 2,16 g |
| Ballaststoffe | 5,81 g |
| Eiweiß | 7,52 g |
| Salz | 0,9 g |

Haltbarkeit bei 4-6°C: 15 Tage

