

Bio Linsencurry mit Basmatireis

Datum: 25.12.2025

450 g scharf

lactose-, hefe- und glutenfrei



Beschreibung

Verschiedenen Linsensorten und buntes Gemüse sorgen für den runden Geschmack der exotischen Speise.

Zutaten

Wasser, Basmatireis*, Süßkartoffeln*, Zwiebeln*, Linsen gelb*, Paprikaschoten*, Belugalinsen*, Olivenöl*, Tomaten getrocknet*, Zwiebeln*, Knoblauch*, Meersalz, **Sellerie***, Karotten*, Bockshornklee*, Paprika geräuchert*, Koriander*, Kurkuma*, Kreuzkümmel*, Chili*, **Senfsaat***, Pfeffer*, Ingwer*, Fenchel*, Knoblauch*, Paprika*, Kardamom*, Muskatnuss*, Galgant*, Zimt*

* 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	1,73 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,23 g
Kohlenhydrate	15,76 g
davon Zucker	1,6 g
Ballaststoffe	2,47 g
Eiweiß	3,25 g
Salz	0,33 g

393 kJ / 93 kcal / 1,31 BE

Haltbarkeit bei 4-6°C: 28 Tage

