Bio Couscous mit Cashew

Datum: 27.04.2024

450 g mild

lactose- und hefefrei

Beschreibung

Mild gewürzter Couscous mit buntem Gemüse und Cashewkernen. Das mögen Kinder besonders gerne.

Zutaten

Wasser, Couscous (**Weizen)***, Karotten*, Zwiebeln*, Erbsen*, **Sellerie (5%)***, Karotten*, Olivenöl*, **Cashewnüsse (2%)***, Lauch*, Meersalz, Muskatnuss*

* 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	**614 kJ / 146 kcal / 1,57 BE**
Fett	5,44 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,93 g
Kohlenhydrate	18,8 g
davon Zucker	2,18 g
Ballaststoffe	0,78 g
Eiweiß	4,54 g
Salz	0,52 g

Haltbarkeit bei 4-6°C: 14 Tage

9 010551 433401