

# Bio Linsencurry mit

Datum: 26.12.2025

# Basmatireis

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, SO<sub>2</sub> und Sulfiten, Senfsamen, Sellerie, Sesam und Soja enthalten.

## Nährwert pro 100 g

	<b>393 kJ / 93 kcal / 1,31 BE</b>
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

Haltbarkeit bei 4-6°C: 28 Tage

