

Bio Legummus Linsen

Datum: 26.12.2025

scharf

35 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

Fett	558 kJ / 132 kcal / 1,15 BE 5,3 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,71 g
Kohlenhydrate	13,83 g
davon Zucker	1,46 g
Ballaststoffe	5,57 g
Eiweiß	7,36 g
Salz	0,9 g

Haltbarkeit bei 4-6°C: 10 Tage

