

Bio Kürbiscurry mit

Datum: 30.11.2022

Basmatireis

450 g würzig
lactose-, hefe- und glutenfrei

Beschreibung

Muskatkürbis in Gesellschaft von halbtrockneten Zwetschken, Maroni und Kichererbsen in einem kräftigen Curry mit fernöstlichem Flair.



Zutaten

Wasser, Muscat Kürbis*, Basmatireis*, Kichererbsen*, Apfelsaft*, Zwiebeln*, Olivenöl*, Zwiebeln*, Maroni*, Zwetschken getrocknet*, Ingwer*, Meersalz, 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*, **Sellerie***, Karotten*, Kurkuma*

* 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 | 2,69 g |
| davon gesättigte Fettsäuren | 0,49 g |
| Kohlenhydrate | 15,4 g |
| davon Zucker | 3,83 g |
| Ballaststoffe | 2,66 g |
| Eiweiß | 2,33 g |
| Salz | 0,6 g |

415 kJ / 98 kcal / 1,28 BE

Haltbarkeit bei 4-6°C: 28 Tage

