

# Bio Süsskartoffel-Kokos

Datum: 30.11.2022

## Risotto

300 g würzig  
lactose-, hefe- und glutenfrei

### Beschreibung

Cremiges Risotto aus weißem Reis mit Süsskartoffeln, Zwiebeln und Gewürzen.



### Zutaten

Wasser, Süsskartoffeln\*, weißer Reis\*, Kokosmilch (BIO Kokosnussextrakt, Wasser)\*, Zwiebeln\*, Olivenöl\*, Zitronen\*, Dattelsirup\*, Knoblauch\*, Meersalz, Zwiebeln\*, **Sellerie\***, Karotten\*, Chili\*, Kurkuma\*, Pfeffer\*, Muskatnuss\*

\* 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

Fett	5,84 g
davon gesättigte Fettsäuren	3,26 g
Kohlenhydrate	23,46 g
davon Zucker	2,73 g
Ballaststoffe	1,76 g
Eiweiß	2,4 g
Salz	0,67 g

**662 kJ / 157 kcal / 1,96 BE**

Haltbarkeit bei 4-6°C: 21 Tage

