

# Bio Gefüllte Knödel mit Paradeiskraut

Datum: 20.12.2025

450 g würzig-scharf  
lactose-, hefe- und glutenfrei

## Beschreibung

Handgemachte Erdäpfelknödel mit würziger Linsen Fülle auf herzhaftem Paradeiskraut.



## Zutaten

Kartoffeln\*, Wasser, Kraut weiss\*, Tomaten\*, Buchweizen Korn\*, Buchweizenmehl\*, Birnensaft\*, Kartoffelmehl\*, Linsen grün\*, Zwiebeln\*, Rapsöl\*, Olivenöl\*, Kastanienmehl\*, Meersalz, Zwiebeln\*, Limetten\*, Tomatenmark\*, Dattelsirup\*, Knoblauch\*, Guarkernmehl\*, Zitronen\*, 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\*, Chili\*, Ingwer\*, Kurkuma\*, Koriander\*, Majoran\*, Kümmel\*, Kreuzkümmel\*, Paprika geräuchert\*, Pfeffer\*

\* 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	3,35 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,36 g
Kohlenhydrate	17,72 g
davon Zucker	2,41 g
Ballaststoffe	2,31 g
Eiweiß	2,6 g
Salz	0,96 g

**474 kJ / 113 kcal / 1,48 BE**

Haltbarkeit bei 4-6°C: 14 Tage

