

# Bio Rote Rüben-Kokos

Datum: 18.01.2026

## Curry mit Emmer

400 g mild

lactose- und hefefrei

### Beschreibung

Fruchtiges Curry mit bestechender Farbe.

*Vegan*

### Zutaten

Kokosmilch (BIO Kokosnussextrakt, Wasser)\*, Rote Rüben\*, Zwiebeln\*, Rübensaft\*, **Emmerreis (10%)\***, Bio Zwiebeln, Bio Paprika, Bio Kokosfett, Wasser, Meersalz, Bio Knoblauch, Bio Rohrohrzucker, Bio **Sojasauce**, Bio Limetten, Bio Peperoni, Bio Galgant, Bio Zitronengras, Bio Kaffirlimettenblätter, Bio Koriander, Bio Pfeffer, Bio Kreuzkümmelöl, Bio Sonnenblumenöl, Bio Zitronensaftkonzentrat, Bio Maisstärke, Sonnenblumenöl\*, Ingwer\*, Knoblauch\*, Steinsalz, Wacholderbeeren\*

\* 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

|                             | 625 kJ / 148 kcal / 0,99 BE |
|-----------------------------|-----------------------------|
| Fett                        | 9,56 g                      |
| davon gesättigte Fettsäuren | 8,41 g                      |
| Kohlenhydrate               | 11,87 g                     |
| davon Zucker                | 5,22 g                      |
| Ballaststoffe               | 1,62 g                      |
| Eiweiß                      | 2,84 g                      |
| Salz                        | 0,58 g                      |

Haltbarkeit bei 4-6°C: 90 Tage

