

# Bio Süsskartoffel Curry mit

Datum: 19.04.2026

# Basmatireis

400 g mild  
lactose-, hefe- und glutenfrei

## Beschreibung

Elegantes Curry mit exotischen Gewürzen.

*Vegan*

## Zutaten

Süßkartoffeln\*, Tomaten\*, Wasser, Basmatireis\*, Zwiebeln\*, Kokosmilch (BIO Kokosnussextrakt, Wasser)\*, Karotten\*, Fenchel\*, Ingwer\*, Olivenöl\*, Knoblauch\*, Steinsalz, Meersalz, **Senfsaat\***, Kreuzkümmel\*, Koriander\*, (Bio Kardamom, Bio Koriander, Bio Pfeffer, Bio Fenchel, Bio Bockshornklee, Bio Kurkuma, Bio Lorbeerblätter, Bio Nelken, Bio Anis, Bio Muskat, Bio Zimt, Bio Ingwer), Kurkuma\*, Chili scharf\*

\* 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

	<b>485 kJ / 115 kcal / 1,53 BE</b>
Fett	3,53 g
davon gesättigte Fettsäuren	2,1 g
Kohlenhydrate	18,36 g
davon Zucker	3,13 g
Ballaststoffe	1,57 g
Eiweiß	2,06 g
Salz	0,29 g

Haltbarkeit bei 4-6°C: 45 Tage

