

Bio TROCKENMISCHUNG

Datum: 08.05.2024

Bulger mit Paradeisern

290 g würzig
lactose- und hefefrei

Beschreibung

Trockenmischung zum Selberkochen: Der würzige Bulger schmeckt heiss oder kalt als vollwertige Mahlzeit oder Zuspese zu Fisch oder Fleisch. Ergibt 2 Mahlzeiten oder 4-6 Beilagenportionen. Zusätzlich besorgen: Olivenöl.

Vegan

Zutaten

Bulgur (**Weizen**)*, Zwiebeln*, Tomaten getrocknet*, **Sellerie (2%)***, Karotten*, Meersalz, Rosmarin*

* 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

| | |
|-----------------------------|-------------------------------------|
| | 1382 kJ / 329 kcal / 5,44 BE |
| Fett | 1,65 g |
| davon gesättigte Fettsäuren | 0,3 g |
| Kohlenhydrate | 65,26 g |
| davon Zucker | 3,93 g |
| Ballaststoffe | 4,21 g |
| Eiweiß | 12,32 g |
| Salz | 1,82 g |

Haltbarkeit bei 5-20°C: 90 Tage

