Bio TROCKENMISCHUNG

Bulgur mit Paradeisern

290 g würzig

lactose- und hefefrei

Beschreibung

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



Datum: 01.11.2025

Zutaten

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

Allergene fett gedruckt

Nährwert pro 100 g

Speise kann Spuren von Getreidegluten, Erdnüssen, Lupine, Schalenfrüchten, SO₂ und Sulfiten, Senfsamen, Sellerie, Sesam und Soja enthalten.

Fett	1,61 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,32 g
Kohlenhydrate	68,08 g
davon Zucker	5,24 g
Ballaststoffe	4,91 g

 Eiweiß
 12,63 g

 Salz
 1,86 g

9 | 010551 | 540307 |

1424 kJ / 339 kcal / 5,67 BE

Haltbarkeit bei 5-20°C: 180 Tage

^{*} aus kontrolliert biologischem Anbau