Bio TROCKENMISCHUNG

Datum: 15.09.2025

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.

Zutaten

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

* aus kontrolliert biologischem Anbau

Allergene fett gedruckt

Speise kann Spuren von Getreidegluten, Erdnüssen, Lupine, Schalenfrüchten, SO_2 und Sulfiten, Senfsamen, Sellerie, Sesam und Soja enthalten.

Nährwert pro 100 g	**1424 kJ / 339 kcal / 5,67 BE**
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

Haltbarkeit bei 5-20°C: 180 Tage

9 010551 540307