Bio TROCKENMISCHUNG

Datum: 15.09.2025

Gewürzreis Madras

300 g würzig

lactose-, hefe- und glutenfrei

Beschreibung

TROCKENMISCHUNG ZUM SELBERKOCHEN: Basmatireis mit Cashewkernen und einer milden Gewürzmischung aus der indischen Region um Madras. Ergibt 2 Mahlzeiten oder 4-6 Beilagenportionen. Zusätzlich besorgen: Olivenöl

Zutaten

Basmatireis*, **Cashewnüsse (8%)***, Zwiebeln*, Meersalz, **Sellerie (2%)***, Kurkuma*, Bockshornklee*, **Senfsaat***, Koriander*, Chili*, Ingwer*

* 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	**1481 kJ / 352 kcal / 5,68 BE**
Fett	4,43 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,78 g
Kohlenhydrate	68,17 g
davon Zucker	3,17 g
Ballaststoffe	3,61 g
Eiweiß	8,0 g
Salz	1,72 g

Haltbarkeit bei 5-20°C: 180 Tage

9 010551 536300