Bio Linsen Dal mit Basmatireis

Datum: 16.09.2025

400 g würzig

lactose-, hefe- und glutenfrei

Beschreibung

Indische Linsenspeise bekömmlich gewürzt.

Vegan

Zutaten

Wasser, Zwiebeln*, Linsen grün*, Basmatireis*, Karotten*, **Sellerieknolle***, Tomatenmark*, Olivenöl*, Lauch*, Knoblauch*, Ingwer*, Meersalz, (Bio Kardamom, Bio Koriander, Bio Pfeffer, Bio Fenchel, Bio Bockshornklee, Bio Kurkuma, Bio Lorbeerblätter, Bio Nelken, Bio Anis, Bio Muskat, Bio Zimt, Bio Ingwer), Kreuzkümmel*, Koriander*, Kurkuma*

* 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	**570 kJ / 135 kcal / 1,81 BE**
Fett	2,1 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,27 g
Kohlenhydrate	21,71 g
davon Zucker	2,69 g
Ballaststoffe	5,23 g
Eiweiß	6,95 g
Salz	0,09 g

Haltbarkeit bei 4-6°C: 45 Tage

9 010551 481402