## Bio Linsen Dal mit

**Basmatireis** 

400 g würzig lactose-, hefe- und glutenfrei

## **Beschreibung**

Indische Linsenspeise bekömmlich gewürzt.



570 kJ / 135 kcal / 1,81 BE

0,09 g

Datum: 19.12.2025

## 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\*

## Allergene fett gedruckt

Nährwert pro 100 g

Salz

Speise kann Spuren von Getreidegluten, Erdnüssen, Lupine, Schalenfrüchten, SO<sub>2</sub> und Sulfiten, Senfsamen, Sellerie, Sesam und Soja enthalten.

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	

Haltbarkeit bei 4-6°C: 45 Tage

<sup>\*</sup> aus kontrolliert biologischem Anbau