

# Bio TROCKENMISCHUNG

Datum: 13.03.2026

## Gewürzreis Jaipur

300 g würzig  
lactose-, hefe- und glutenfrei

### Beschreibung

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



### Zutaten

Basmatireis\*, **Cashewnüsse (8%)\***, Zwiebeln\*, Meersalz, **Sellerie (2%)\***, Bockshornklee\*, Koriander\*, Kurkuma\*, Kreuzkümmel\*, Chili mild\*, **Senfsaat\***, Pfeffer\*, Ingwer\*, Fenchel\*, Knoblauch\*, Paprika\*, Kardamom\*, Muskatnuss\*, Galgant\*, Zimt\*

\* aus kontrolliert biologischem Anbau

### Allergene fett gedruckt

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

### Nährwert pro 100 g

Fett	4,87 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,79 g
Kohlenhydrate	67,27 g
davon Zucker	2,75 g
Ballaststoffe	3,95 g
Eiweiß	8,26 g
Salz	1,72 g

**1497 kJ / 356 kcal / 5,61 BE**

Haltbarkeit bei 5-20°C: 180 Tage

