

Bio TROCKENMISCHUNG

Datum: 02.05.2026

Quinoa mit Erdnüssen

300 g mild-würzig
lactose-, hefe- und glutenfrei

Beschreibung

TROCKENMISCHUNG ZUM SELBERKOCHEIN: Mild-würzige Inkaspeise, schmeckt heiss als vollwertige Mahlzeit oder Zuspense zu Fisch oder Fleisch. Ergibt 2 Mahlzeiten oder 4-6 Beilagenportionen. Zusätzlich besorgen: Olivenöl



Zutaten

Quinoa*, Erdnüsse (8%)*, Zwiebeln*, Paprikaflocken*, Sellerie (2%)*, Karotten*, Meersalz

* aus kontrolliert biologischem Anbau

Allergene fett gedruckt

Speise kann Spuren von Getreidegluten, Erdnüssen, Lupine, Schalenfrüchten, SO₂ und Sulfiten, Senfsamen, Sellerie, Sesam und Soja enthalten.

Nährwert pro 100 g

| | |
|-----------------------------|---------|
| Fett | 12,23 g |
| davon gesättigte Fettsäuren | 1,83 g |
| Kohlenhydrate | 54,04 g |
| davon Zucker | 5,65 g |
| Ballaststoffe | 5,67 g |
| Eiweiß | 14,19 g |
| Salz | 1,75 g |

1657 kJ / 394 kcal / 4,5 BE

Haltbarkeit bei 5-20°C: 180 Tage

