

# Bio TROCKENMISCHUNG

Datum: 14.12.2025

# Gewürzreis Madras

## 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<sub>2</sub> und Sulfiten, Senfsamen, Sellerie, Sesam und Soja enthalten.

## Nährwert pro 100 g

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

