

Bio TROCKENMISCHUNG

Datum: 03.11.2025

Bulgur mit Paradeisern

290 g würzig
lactose- und hefefrei

Beschreibung

Trockenmischung zum Selberkochen: Der würzige Bulgur schmeckt heiss oder kalt als vollwertige Mahlzeit oder Zuspese zu Fisch oder Fleisch. Ergibt 2 Mahlzeiten oder 4-6 Beilagenportionen. Zusätzlich besorgen: Olivenöl.



Zutaten

Bulgur (**Weizen**)*, Zwiebeln*, Tomaten*, **Sellerie (2%)***, Karotten*, Meersalz, Rosmarin*, Zitronenschale*, Thymian*

* 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
davon gesättigte Fettsäuren
Kohlenhydrate
davon Zucker
Ballaststoffe
Eiweiß
Salz

1424 kJ / 339 kcal / 5,67 BE

1,61 g
0,32 g
68,08 g
5,24 g
4,91 g
12,63 g
1,86 g

Haltbarkeit bei 5-20°C: 180 Tage

