

Bio Kürbisrisotto vom Dinkelreis

Datum: 03.05.2024

300 g würzig
lactose- und hefefrei

Beschreibung

Würziges Risotto vom Dinkelreis mit Hokkaidokürbis in Mostviertler Birnensaft gekocht.



Zutaten

Wasser, Hokkaido Kürbis*, **Dinkelreis (10%)***, Zwiebeln*, Basmatireis*, Birnensaft*, Olivenöl*, **Sellerie (2%)***, Karotten*, Meersalz, Lauch*, Knoblauch*, Chili*, Majoran*

* 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

	301 kJ / 71 kcal / 0,95 BE
Fett	1,86 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,28 g
Kohlenhydrate	11,44 g
davon Zucker	1,91 g
Ballaststoffe	0,66 g
Eiweiß	1,94 g
Salz	0,63 g

Haltbarkeit bei 4-6°C: 14 Tage

