

# Bio Qinoa mit Erdnüssen

Datum: 27.03.2026

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

## Beschreibung

Deftig-würzig und überaus sättigend bringt diese Qinoa-Speise instant power.



## Zutaten

Wasser, Quinoa\*, Süsskartoffeln\*, **Erdnüsse (8%)\***, Zwiebeln\*, **Sellerie (4%)\***, Karotten\*, Paprikaschoten\*, Olivenöl\*, Lauch\*, Meersalz, Koriander\*, Kurkuma\*, Pfeffer\*

\* 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

|                             | <b>838 kJ / 199 kcal / 1,8 BE</b> |
|-----------------------------|-----------------------------------|
| Fett                        | 9,62 g                            |
| davon gesättigte Fettsäuren | 1,51 g                            |
| Kohlenhydrate               | 21,58 g                           |
| davon Zucker                | 2,27 g                            |
| Ballaststoffe               | 1,55 g                            |
| Eiweiß                      | 5,94 g                            |
| Salz                        | 0,91 g                            |

Haltbarkeit bei 4-6°C: 28 Tage

