

Qinoa mit Erdnüssen

Datum: 21.07.2019

300 g

mild

lactose-, hefe- und glutenfrei

Beschreibung

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



Zutaten

Wasser, Quinoa, Gemüsejulienne (**Sellerie**, Karotten, Lauch), Süsskartoffel, Zwiebel, **Erdnüsse (5%)**, Olivenöl, Paprikaschoten, Meersalz, Koriander, Curcuma, Pfeffer schwarz

Allergene fett gedruckt

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

Nährwert pro 100 g

737 kJ / 175 kcal / 1,64 BE

Fett

8,49 g

davon gesättigte Fettsäuren

1,14 g

Kohlenhydrate

19,7 g

davon Zucker

1,81 g

Ballaststoffe

1,63 g

Eiweiß

4,79 g

Salz

0,85 g

Haltbarkeit bei 4-6°C: 21 Tage

