

Bio Gemüsecurry

Datum: 30.04.2024

300 g scharf
lactose-, hefe- und glutenfrei

Beschreibung

Paprika, Fazole, Kichererbse und Kartoffel in Gesellschaft mit Jackfruit in einem deftigen Curry. Anregende Chili-Schärfe und ein samtiges Kokosaroma sorgen für ein ausgewogenes Geschmackserlebnis.



Zutaten

Kartoffeln*, Wasser, Zwiebeln*, Fisolen*, Kokosmilch (BIO Kokosnussextrakt, Wasser)*, Paprikaschoten*, Kichererbsen*, Jackfrucht*, Olivenöl*, Zwiebeln*, **Sellerie***, Karotten*, Tomatenmark*, Dattelsirup*, Meersalz, Ingwer*, Knoblauch*, Sumach*, Bockshornklee*, Koriander*, Kurkuma*, Kreuzkümmel*, Chili*, **Senfsaat***, Pfeffer*, Ingwer*, Fenchel*, Knoblauch*, Paprika*, Kardamom*, Muskatnuss*, Galgant*, Zimt*

* 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

	377 kJ / 89 kcal / 0,72 BE
Fett	4,74 g
davon gesättigte Fettsäuren	2,55 g
Kohlenhydrate	8,65 g
davon Zucker	2,65 g
Ballaststoffe	2,42 g
Eiweiß	2,1 g
Salz	0,81 g

Haltbarkeit bei 4-6°C: 21 Tage

