

LeguMMus Kurkuma

Datum: 18.04.2019

200 g würzig-scharf
lactose-, hefe- und glutenfrei

Beschreibung

Gemüseaufstrich aus Kichererbsen, gemahlener Kurkumawurzel, frischem Ingwer und einem Hauch Knoblauch.

Zutaten

Wasser, Kichererbsen, Olivenöl, Limetten, Knoblauch, Ingwer, Meersalz, Pfefferoni getrocknet, Kochsud, 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

	752 kJ / 179 kcal / 1,32 BE
Fett	10,01 g
davon gesättigte Fettsäuren	1,19 g
Kohlenhydrate	15,84 g
davon Zucker	0,82 g
Ballaststoffe	5,26 g
Eiweiß	6,49 g
Salz	1,13 g

Haltbarkeit bei 4-6°C: 15 Tage

