

# Spinatsuppe

Datum: 18.04.2019

300 g würzig  
lactose-, hefe- und glutenfrei

## Beschreibung

Gehaltvolle Suppe mit Kichererbsen und einer elegante Ingwer-Knoblauch Note



## Zutaten

Knoblauch, Ingwer, Meersalz, Wasser, Spinat, Zwiebel, Kichererbsen, Olivenöl, Kichererbsenmehl, Pfeffer schwarz, Muskatnuss

## 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>249 kJ / 59 kcal / 0,43 BE</b>
Fett	3,13 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,39 g
Kohlenhydrate	5,15 g
davon Zucker	0,84 g
Ballaststoffe	2,08 g
Eiweiß	2,56 g
Salz	0,74 g

Haltbarkeit bei 4-6°C: 21 Tage

