

Spargelrisotto

Datum: 21.07.2019

300 g mild
lactose-, hefe- und glutenfrei

Beschreibung

Feines Risotto mit knackigen Spargelspitzen.

Zutaten

Wasser, weißer Reis, Spargel weiss, Zwiebel, Gemüsejulienne (**Sellerie**, Karotten, Lauch), Olivenöl, Ahornsirup, Knoblauch, Meersalz, Safran, 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

	523 kJ / 124 kcal / 1,7 BE
Fett	3,64 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,59 g
Kohlenhydrate	20,41 g
davon Zucker	1,91 g
Ballaststoffe	1,02 g
Eiweiß	2,48 g
Salz	0,64 g

Haltbarkeit bei 4-6°C: 10 Tage

