

Bio TROCKENMISCHUNG

Datum: 04.05.2024

Gewürzreis Madras

300 g mild
lactose-, hefe- und glutenfrei

Beschreibung

TROCKENMISCHUNG ZUM SELBERKOCHEN: Basmatireis mit einer milden Gewürzmischung aus der indischen Region um Madras. Ergibt 2 Mahlzeiten oder 4-6 Beilagenportionen. Zusätzlich besorgen: Olivenöl

Vegan

Zutaten

Basmatireis*, **Cashewnüsse (8%)***, Zwiebeln*, Meersalz, **Sellerie (2%)***, Kurkuma*, Bockshornklee*, **Senfsaat***, Koriander*, Chili*, Ingwer*

* 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

Fett
 davon gesättigte Fettsäuren
Kohlenhydrate
 davon Zucker
Ballaststoffe
Eiweiß
Salz

1481 kJ / 352 kcal / 5,68 BE
4,43 g
 0,78 g
68,17 g
 3,17 g
3,61 g
8,0 g
1,72 g

Haltbarkeit bei 5-20°C: 90 Tage

