



LINSEN DHAL

MIT KICHERERBSEN, MANGO & SÜSSKARTOFFEL



Zutaten:

Wasser, 18% gegarte Linsen, Blumenkohl, 6,5% Süßkartoffeln, Kokosnussmilchpulver (Kokosnussmilch, Maltodextrin, MILCHEIWEIß), 4,3% Kichererbsen, Erbsen, Gewürze (Ingwer, Knoblauch, Kreuzkümmel, Zimt, Pfeffer, Cardamom, Nelken, Zwiebeln, Curcuma, Muskatblüte, Schwarzkümmel, Coriander, Fenchel, Bockshornklee, Chilli, Anis, Lorbeer, SELLERIE, SENF), 2,1% Mangopüree, Tomatenmark, Rapsöl, Mango-Chutney (Zucker, Mango, Gewürze, Salz, Branntweinessig), Zwiebeln, Stärke, Würze, Salz, Branntweinessig, Zucker, Emulgator Mono- und Diglyceride von Speisefettsäuren, Verdickungsmittel Guarkernmehl, MAGERMILCHPULVER, Dextrose, HÜHNEREIEIWEIß, WEIZENMEHL. Das Produkt kann Spuren von SOJA enthalten!

Nährwerte:

| Nährwerte | Je 100g | Je Portion (460g = 1 Packung) |
|-----------------------------|--------------------|-------------------------------|
| Brennwert | 465 kJ 112 kcal | 2139 kJ 515 kcal |
| Fett | 6,6 g | 30,4 g |
| davon gesättigte Fettsäuren | 4,3 g | 19,8 g |
| Kohlenhydrate | 8,6 g | 39,6 g |
| davon Zucker | 2,5 g | 11,5 g |
| Ballaststoffe | 2,5 g | 11,5 g |
| Eiweiß | 3,2 g | 14,7 g |
| Salz | 1,08 g | 4,97 g |



Allergene:

Glutenhaltige Getreide, Eier, Milch, Sellerie, Senf, Sojabohnen

Zubereitungshinweise:

In der Mikrowelle:

Papp-Manschette abnehmen und Suppe schütteln. Die Folie mehrfach einstechen und in der Mikrowelle (700 Watt) für ca. 4:30 Min. erhitzen.

Anschließend Suppe aus dem Schälchen oder vom Teller genießen.

Guten Appetit!

Aufbewahrungshinweise

Das auf der Verkaufsverpackung angegeben Mindesthaltbarkeitsdatum kann nur bei einer ununterbrochenen Lagerung und Transport von +2°C bis +7°C eingehalten werden.