

VEGAN PASTA BOLOGNESE



Veganes Fertiggericht aus Nudeln in Tomatensauce mit Soja-Hack nach italienischer Art gewürzt

Zutaten:

42% gegarte Nudeln (Wasser, HARTWEIZENGRIEß, Rapsöl), Wasser, 10% Tomaten, pflanzliche Öle (Rapsöl, Olivenöl), 4,5% Tomatenmark, Karotten, SELLERIE, Zwiebeln, Wein, Gemüse-Bouillon (Gemüseextrakt, Weißweineextrakt, Salz, Sonnenblumenöl, Gewürzextrakt), 2,3% Soja-Hack (texturiertes SOJAPROTEIN), Gewürze, Sojasauce (Wasser, SOJABOHNEN, WEIZEN, Salz), Zucker, modifizierte Stärke, Kräuter, Salz, Balsamessig (Weinessig, Traubenmostkonzentrat), Paprikaextrakt. Das Produkt kann Spuren von EI und MILCH enthalten!

Allergene:

Enthalten: Glutenhaltige Getreide, Sojabohnen, Sellerie

Kann Spuren enthalten von: Eier, Milch

Aufbewahrungshinweis:

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

Zubereitungshinweis:

In der Mikrowelle:

Beide Schälchen oben mehrfach einstechen und dann in der Mikrowelle (700 Watt) für ca. 4 Min. erhitzen.

Schälchen mit Nudeln auf den Teller stürzen.

Sauce mit Gemüse und Soja-Hack daneben anrichten.

Guten Appetit!

Auf dem Herd:

Beide Schälchen öffnen und dann Nudeln sowie die Sauce mit Gemüse und Soja-Hack mit etwas Öl in einen Topf oder eine Pfanne geben.

Bei mittlerer Hitze erwärmen und ab und zu umrühren.

Auf einem Teller anrichten.

Guten Appetit!

Nährwerte	je 100 g		je 420 g	
	644 kJ	154 kcal	2705 kJ	647 kcal
Fett:	8,1 g		34,0 g	
Davon gesättigte Fettsäuren:	0,9 g		3,8 g	
Kohlenhydrate:	14,1 g		59,2 g	
Davon Zucker:	3,9 g		16,4 g	
Ballaststoffe:	2,5 g		10,5 g	
Eiweiß:	5,0 g		21,0 g	
Salz:	1,13 g		4,75 g	