



LINSEN DHAL

MIT KICHERERBSEN, MANGO & SÜSSKARTOFFEL



Zutaten:

Wasser, 18% gegarte Linsen, Blumenkohl, 6,5% Süßkartoffeln, Kokosnusmilchpulver (Kokosnusmilch, 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, Fische, Sojabohnen, Milch, Sellerie, Senf

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.