Kichererbsen-Bohnen-Mix in der Dose

Zutaten
Bohnen* (Kidney Bohnen* rot, Feuerbohnen*, Kichererbsen*, Navy Bohnen* weiß), Wasser, Salz
*aus kontrolliert ökologischer Erzeugung
**aus biodynamischer Erzeugung

Allgemein
Eine fein abgestimmte Kombination aus milden roten und weißen Bohnen, sowie nussigen Kichererbsen. Fix & Fertig gekocht - für die schnelle Bio-Küche! Die Einweich- und Kochzeit entfällt, da die Bohnen schonend vorgegart sind.

Herstellung
Die gekochten Hülsenfrüchte werden mit etwas Meersalz und Wasser in Dosen abgefüllt und zur Haltbarmachung erhitzt.

Ursprung der Hauptzutat(en)
Diverse Länder

Verwendung
für Salate, Antipasti, Suppen, Eintöpfe oder Chili

Lagerhinweis
Nach Anbruch gekühlt lagern und rasch aufbrauchen.

Lebensmittelrechtliche Verkehrsbezeichnung
Kichererbsen-Bohnen-Mix in der Dose

Zum Produkt

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kJ	444 kJ
Brennwert kcal	106 kcal
Fett	1,30 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,26 g
Kohlenhydrate	13,00 g
davon Zucker	1,92 g
Ballaststoffe	8,0 g
Eiweiß	6,50 g
Salz	0,810 g

Allergene

Eier oder Eiererzeugnisse

Erdnüsse oder Erdnusserzeugnisse
Fisch oder Fischerzeugnisse
glutenhaltiges Getreide oder Getreideerzeugnisse
Krebstiere oder Krebstiererzeugnisse
Lupine oder Lupinenerzeugnisse
Milch oder Milcherzeugnisse einschließlich Lactose
Schalenfrüchte oder Schalenfruchterzeugnisse
Sellerie oder Sellerieerzeugnisse
Senf oder Senferzeugnisse
Sesamsamen oder Sesamerzeugnisse
Soja oder Sojaerzeugnisse
Schwefeldioxid oder Sulfite (mehr als 10mg/kg oder 10 mg/l SO_2)
Weichtiere oder Weichtiererzeugnisse