

# Taco-Mix in der Dose

Mexikanische Mischung aus Bohnen und Gemüse in Tomatensauce

## Zutaten

Bohnen\* (40,00%) (Kidney Bohnen\* rot, Tondini Bohnen\*, Cannellini Bohnen\*, Pintobohnen\*, Augenbohnen\*), Wasser, Tomatenmark\* (5,00%), Paprika\* rot (3,50%), Mais\* (3,50%), Rohrzucker\*, Maisstärke\*, Meersalz, Zwiebeln\*, Gewürze\* (Kreuzkümmel\*, Koriander\*, Pfeffer weiß\*, Oregano\*, Paprika\*, Chili\*, Knoblauch\*)

\*aus kontrolliert ökologischer Erzeugung

\*\*aus biologischer Erzeugung

## Allgemein

Mix aus fünf aromatischen Bohnensorten, Paprika und Mais in fein würziger Tomatensauce - fix & fertig zubereitet. Die perfekte Mischung für mexikanische Gerichte. Einfach nur erwärmen und genießen! Für die schnelle Bio-Küche.

## Herstellung

Gekochte Bohnen, Paprika und Mais werden mit den weiteren Zutaten vermischt, in Dosen abgefüllt und zur Haltbarmachung erhitzt.

## Ursprung der Hauptzutat(en)

Diverse Länder

## Verwendung

Die ideale Zutat für Chili sin Carne, als Füllung für Wraps oder Tacos, in Eintöpfen und zu Reis.

## Lagerhinweis

Kühl und trocken lagern.

## Lebensmittelrechtliche Verkehrsbezeichnung

Mix aus Bohnen und Gemüse in Tomatensauce

[Zum Produkt](#)

## Nährwerte

### Unzubereitet pro 100 g

<b>Brennwert kJ</b>	369 kJ
<b>Brennwert kcal</b>	88 kcal
<b>Fett</b>	0,30 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>	0,10 g
<b>Kohlenhydrate</b>	13,90 g
<b>davon Zucker</b>	4,00 g
<b>Ballaststoffe</b>	4,6 g
<b>Eiweiß</b>	5,00 g
<b>Salz</b>	0,690 g

## Allergene

**Eier oder Eierzeugnisse**

**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<sub>2</sub>)**

**Weichtiere oder Weichtiererzeugnisse**