

Chana Masala Indischer Kichererbsen-Reistopf / Chana Masala (Chickpea Curry with Rice)

Produkt / Product	Chana Masala Indischer Kichererbsen-Reistopf Chana Masala (Chickpea Curry with Rice)
Packung ergibt / Package provides	5 Portionen à 375 g 5 portions à 375 g
Füllgewicht / Net weight	625g
Wassergabe / Added water	1250ml
Fertige Menge / Ready quantity	1875g
Artikelnummer / Item number	638101.01
EAN-Code / EAN-Code	4015753638116

Zutaten / Ingredients 52% Reis, 22% Kichererbsen, Zucker, Zwiebeln, Speisesalz, Paprika, Gewürze, Apfel, Maltodextrin, **Senf**, Koriander

52% rice, 22% chickpeas, sugar, onions, table salt, ground paprika, spices, apple, maltodextrin, **mustard**, coriander

Allergene / Allergens Senfsaat
Mustard seed

Zubereitung / Directions Inhalt in 1250 ml kochendes Wasser einrühren und ca. 10 Min. ziehen lassen.

Stir contents into 1250 ml of boiling water and simmer for approx. 10 min.

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g Trockenprodukt / Average nutritional values per 100 g dried product

Brennwert / kJ/kcal	1417/339
Fett / Fat	2,5 g
davon gesättigte Fettsäuren / of which saturated fatty acids	0,5 g
Kohlenhydrate / Carbohydrates	68,0 g
davon Zucker / of which sugar	16,0 g
Ballaststoffe / Fibre	5,7 g
Eiweiss / Protein	9,4 g
Salz / Salt	4,0 g