

EMERGENCY FOOD**Quinoa, mexikanische Art / Quinoa - Mexican Style**

Produkt / Product	Quinoa, mexikanische Art Quinoa - Mexican Style
Packung ergibt / Package provides	5 Portionen à 400 g 5 portions à 400 g
Füllgewicht / Net weight	600g
Wassergabe / Added water	1400ml
Fertige Menge / Ready quantity	2000g
Artikelnummer / Item number	613101.01
EAN-Code / EAN-Code	4015753613113

Zutaten / Ingredients	44% Quinoa, 28% Gemüse in veränderlichen Gewichtsanteilen (Kartoffeln, Kidney-Bohnen, Tomaten, Paprika, Mais, Sellerie , Frühlingszwiebeln), Palmfett, Speisesalz, Zucker, Würze, Gewürze, Hefeextrakt, Säureregulator: Trinatriumcitrat; Koriander 44% quinoa, 28% vegetables in varying proportions (potatoes, kidney beans, tomatoes, peppers, sweet corn, celery , scallions), palm oil, table salt, sugar, condiment, spices, yeast extract, acidity regulator: tri-sodium citrate; coriander
------------------------------	---

Allergene / Allergens	Sellerie Celery
------------------------------	--------------------

Zubereitung / Directions	Inhalt in 1400 ml kochendes Wasser einrühren und 8 Minuten ziehen lassen. Stir contents into 1400 ml of boiling water and simmer the mixture for 8 minutes.
---------------------------------	--

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

Brennwert / kJ/kcal	1778/426
Fett / Fat	21,0 g
davon gesättigte Fettsäuren / of which saturated fatty acids	13,0 g
Kohlenhydrate / Carbohydrates	45,0 g
davon Zucker / of which sugar	6,9 g
Ballaststoffe / Fibre	7,7 g
Eiweiss / Protein	11,0 g
Salz / Salt	4,6 g