

Couscous mit Gemüse / Vegetable couscous

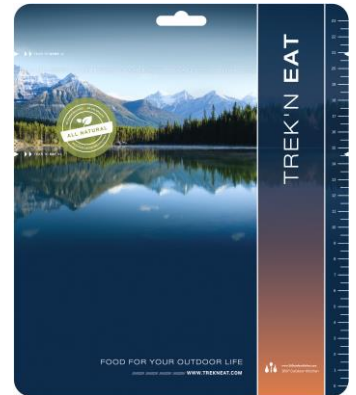
Produkt / Product	Couscous mit Gemüse Vegetable couscous
Füllgewicht / Net weight	160g
Wasserzugabe / Added water	300ml
Fertige Menge / Ready quantity	460g
Mindesthaltbarkeitsdatum / Best before	36 Monate ab Produktionsdatum 36 months after production date



LACTOSE
FREE



VEGAN



Zutaten / Ingredients	<p>58% Couscous (Hartweizengrieß), 15% Gemüse in veränderlichen Gewichtsanteilen (Broccoli, Erbsen, Karotten, Lauch, Mais, Zwiebeln), Palmfett, Glucosesirup, Maltodextrin, modifizierte Stärke, Würze, Speisesalz, Hefeextrakt, Gewürze, natürliches Aroma, Trennmittel: Tricalciumphosphat; Fructose</p> <p>58% Couscous (durum wheat semolina), 15% vegetables in varying quantities (broccoli, peas, carrots, leek, sweet corn, onions), palm oil, glucose syrup, maltodextrin, modified starch, condiment, table salt, yeast extract, spices, natural flavouring; anti-caking agent: tricalcium phosphate; fructose</p>
------------------------------	--

Allergene / Allergens	Glutenhaltig contains gluten
------------------------------	---------------------------------

Zubereitung / Directions	<p>Kochendes Wasser bis zu 7 cm auf der Skala (300 ml) direkt in den Beutel gießen, sorgfältig umrühren, Beutel verschließen und 5 Min. ziehen lassen.</p> <p>Pour boiling water directly into the bag up to 7 cm on the scale (300 ml), stir thoroughly. Close the bag and let it rest for 5 minutes.</p>
---------------------------------	--

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

Brennwert / kJ/kcal	1602/380
Fett / Fat	9,6 g
davon gesättigte Fettsäuren / of which saturated fatty acids	5,5 g
Kohlenhydrate / Carbohydrates	59,0 g
davon Zucker / of which sugar	7,4 g
Ballaststoffe / Fibre	7,6 g
Eiweiss / Protein	11,0 g
Salz / Salt	3,0 g