

Fertiggericht Cous Cous – vegetarisch - laktosefrei

Zutaten: Vollkorn-Weizencouscous 73 %, Gemüse in veränderlichen Gewichtsanteilen 10 % (Karotten, Erbsen, Zwiebel, Paprika), Palmfett, Speisesalz, Sultaninen, modifizierte Stärke, Champignons, Hefeextrakt, Gewürze, Gewürzextrakte.

Allergene: Gluten.

Zubereitung: Beutelinhalt mit 300 ml kochendem Wasser aufgießen, kurz umrühren. Beutel schließen, ca. 5 – 10 Minuten ziehen lassen.

Nach der Zubereitung sofort verzehren.

Durchschnittliche Nährwertangaben pro 100 g Trockenprodukt:

Energie	1518 kJ
	360 kcal
Fett	7,1 g
davon gesättigte Fettsäuren	4,0 g
Kohlenhydrate	57 g
davon Zucker	8,5 g
Ballaststoffe	9,0 g
Eiweiß	11 g
Salz	3,8 g

mindestens haltbar bis:

L ...

Füllgewicht: **e** 125 g
51153 L



kühl und trocken lagern
Unter Schutzatmosphäre verpackt.

Simpert Reiter GmbH Weddigenstr. 2-6 D-86179 Augsburg www.travellunch.de