

Porridge mit Gemüse – laktosefrei - vegan

Vegetable Porridge - lactose free - vegan

Artikelnummer / Item number:

Füllgewicht / Net weight:

125 g

Zutaten:

Haferflocken 75 %, Karotten 5 %, Champignons 4 %, Palmfett, Lauch 4 %, Salz, Zwiebeln 1 %, Hefeextrakt, Gewürze.

Ingredients

oat flakes 75 %, carrots 5 %, mushrooms 4 %, palm fat, leek 4 %, salt, onions 1 %, yeast extract, spices.

Allergenehinweis:

Kann Spuren von Sulfit enthalten.

Allergens:

May contain traces of sulfite.

Zubereitung:

Beutelinhalt mit 265 ml kochendem Wasser aufgießen, kurz umrühren.
Beutel schließen, ca. 5-10 Minuten ziehen lassen.

Instructions:

Mix contents with 265 ml boiling water, stir well.
Close pouch.
Let stand for approx. 5-10 minutes.

**Durchschnittliche Nährwertangaben pro 100 g Trockenprodukt /
Average nutrition value per 100 g dry product:**

Energie / energy	1569 kJ 373 kcal
Fett / fat	9,9 g
davon gesättigte Fettsäuren / of which saturates	3,9 g
Kohlenhydrate / carbohydrate	50 g
davon Zucker / of which sugars	4,5 g
Eiweiß / protein	14 g
Salz / salt	3,3 g