

# LUNCH POT

# PERL-COUSCOUS

Gemüsegericht mit vorgegartem Hartweizengrieß, vorgegarten Süßkartoffeln, gegarten Kichererbsen und gezuckerten Cranberrys in Curry-Sauce; zum Erhitzen in der Mikrowelle.

## ZUTATEN:

Gemüsemischung 45 % (Zucchini 31 %, Tomaten 22 %, vorgegarte Süßkartoffeln 20 %, vorgegarte Karotten 13 %, Fenchel 13 %), Perl-Couscous 23 % (vorgegarter **Hartweizengrieß**), Curry-Sauce 17 % (Wasser, Paprika, Zwiebeln, Knoblauch, Tomatenmark, modifizierte Maisstärke, Gewürze, natives Olivenöl, Salz, Curry [Kardamom, Ingwer, Knoblauch, schwarzer Pfeffer, Mohn, Salz, Kreuzkümmel, Fenchel, Chilipulver, **Senf**, Kurkuma, Kichererbsenmehl, Koriander]), gegarte Kichererbsen 7 % (Kichererbsen, Wasser, Salz), Rapsöl 2 %, gezuckerte Cranberrys 2 % (Cranberrys, Rohrzucker, Sonnenblumenöl), frische Petersilie 1 %, frischer Koriander 1 %, frische Minze 1 %, Salz 1 %.



LUNCH POT

# PERL-COUSCOUS

## ZUSÄTZLICHE DEKLARATIONEN:

### Enthält:

- glutenhaltiges Getreide
- Senf und Senferzeugnisse

- Kann Spuren von Ei und Erzeugnisse daraus, Fisch und Erzeugnisse daraus, Krebstiere und Erzeugnisse daraus, Milch und Milcherzeugnisse, Schalenfrüchte und Erzeugnisse daraus, Sellerie und Sellerieerzeugnisse, Soja und Sojaerzeugnisse, und Sesamsamen und Sesamerzeugnisse enthalten.

### GVO:

Das Produkt ist in Bezug auf GVO entsprechend der gesetzlichen Vorgaben gekennzeichnet und unterliegt nicht der Kennzeichnungspflicht

FÜLLMENGE: 350 g

# LUNCH POT

# PERL-COUSCOUS

## DURCHSCHNITTLICHE NÄHRWERTE:

	Pro 100g		pro Portion (350 g)		%* pro Portion
Energie	306	kJ	1071	kJ	13 %
	73	kcal	256	kcal	
Fett	1,8 g		6,3 g		9 %
davon gesättigte Fettsäuren	0,2 g		0,7 g		4 %
Kohlenhydrate	10,8 g		38 g		15 %
davon Zucker	4,2 g		15 g		16 %
Ballaststoffe	2,5 g		8,8 g		
Eiweiß	2,1 g		7,4 g		15 %
Salz	0,70 g		2,45 g		41 %

\*Referenzmenge für einen durchschnittlichen Erwachsenen (8400 kJ / 2000 kcal)

LUNCH POT

# PERL-COUSCOUS

## LAGER UND TRANSPORTINFORMATION:

Das auf der Verkaufsverpackung angegebene Verbrauchsdatum kann nur bei einer ununterbrochenen Lagerung und Transport von unter +7 ° C eingehalten werden

## VERZEHREMPFEHLUNG:

1. Banderole entfernen
2. Folie ca. 1 cm aufziehen
3. In der Mikrowelle 3 Minuten bei 750 W erhitzen.
4. Folie abziehen, umrühren & fertig!



Natsu Foods GmbH & Co. KG  
41468 Neuss  
Deutschland  
Kontakt: [info@natsu.eu](mailto:info@natsu.eu)