

# Bio Karfiolauflauf

Datum: 20.09.2024

400 g mild

## Beschreibung

Veganer Karfiolauflauf mit Zwiebeln und feinen Gewürzen.

Vegetarisch

## Zutaten

TK Karfiol\*, **Schlagobers (16%)\***, Zwiebeln\*, Bergkäse (Bio **Kuhmilch**, Salz, **Milchsäurekulturen**, mikrobielles Lab), **Butter (2%)\***, **Weizenbrösel\***, Petersilie\*, Steinsalz, **Senfsaat\***, Kreuzkümmel\*, BIO Kreuzkümmel, BIO Koriander, BIO Kurkuma, BIO Bockshornklee, BIO Salbei, BIO **Senfkörner**, BIO Fenchel, BIO Paprika, Meersalz, BIO Ingwer, BIO Lorbeerblätter, BIO Rosmarin, BIO Thymian\*, BIO Kurkuma, BIO Koriander, BIO **Senfsaat**, BIO Paprika, BIO Bockshornklee, BIO Fenchel, BIO Basilikum, BIO Ingwer, BIO Rosmarin, BIO Oregano, BIO Thymian, BIO Knoblauch, BIO Salbei, BIO Kreuzkümmel\*, Chili scharf\*

\* aus kontrolliert biologischem Anbau

## Allergene fett gedruckt

Speise kann Spuren von Getreidegluten, Erdnüssen, Lupine, Schalenfrüchten, SO<sub>2</sub> und Sulfiten, Senfsamen, Sellerie, Sesam und Soja enthalten.

## Nährwert pro 100 g

	<b>549 kJ / 130 kcal / 0,27 BE</b>
Fett	10,67 g
davon gesättigte Fettsäuren	6,92 g
Kohlenhydrate	3,24 g
davon Zucker	2,09 g
Ballaststoffe	2,11 g
Eiweiß	4,9 g
Salz	0,4 g

Haltbarkeit bei 4-6°C: 45 Tage

