

Chili con carne aux haricots rouges

Chili con Carne mit roten Bohnen

Flexitarien | Flexitarisch



Cuisiné par | Gekocht von

bien Bon Sàrl
Rte de La Maillarda 5
CH-1680 Romont (FR)
www.bienbon.ch

Ingrédients | Zutaten

	%	De Aus
Bœuf (haché) Rindfleisch (gehackt)	26%	CH
Tomate (pulpe) Tomatenmark	19%	IT
Haricot rouge Rote Bohnen	14%	CH
Carotte orange Orange Karotte	13%	CH
Eau Wasser	10%	CH
Oignon Zwiebel	6%	CH
Maïs doux Zuckermais	4%	IT
Poivron rouge Rote Paprika	4%	NL
Concentré de tomate Tomatenkonzentrat	1%	IT
Huile d'olive Olivenöl	<1%	IT
Sel blanc Weisses Salz	<1%	CH
Cumin Kreuzkümmel	<1%	FR
Curry Curry	<1%	FR
Coriandre Koriander	<1%	IT
Poivre blanc Weisser Pfeffer	<1%	FR
Piment d'espelette Espelette-Pfeffer	<1%	FR

Allergènes | Allergenen

-
-

Nutriments | Nährstoffe

	/ 100g	350g (poids net)
Calories Kalorien	112kcal	393kcal
Lipides Fett	6g	22g
- Acide gras saturés Gesättigte Fettsäuren	2g	8g
Glucides Kohlenhydrate	4g	15g
- Sucre Zucker	2g	5g
Protéines Eiweiß	8g	28g
Fibres Ballaststoffe	3g	10g
Sel Salz	0g	2g

Température de conservation:

/ Temperatur der Aufbewahrung

< 5°C

A consommer après ouverture sous:

/ Nach dem Öffnen verbrauchen unter

3 jours / Tage