

Chili sin carne aux haricots rouges

Chili sin Carne mit roten Bohnen

Végétalien | Vegan



Cuisiné par | Gekocht von

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

Ingrédients | Zutaten

Tomate (pulpe) Tomatenmark	28%	IT
Riz basmati Basmati-Reis	25%	IN
Haricot rouge Rote Bohnen	12%	CH
Eau Wasser	9%	CH
Lentille verte Grüne Linse	6%	FR
Maïs doux Zuckermais	6%	IT
Poivron rouge Rote Paprika	6%	NL
Carotte orange Orange Karotte	4%	CH
Oignon Zwiebel	1%	CH
Sucre blanc Weisser Zucker	1%	CH
Huile d'olive Olivenöl	<1%	IT
Curry Curry	<1%	FR
Sel blanc Weisses Salz	<1%	CH
Huile de sésame Sesamöl	<1%	TH
Cumin Kreuzkümmel	<1%	FR
Coriandre Koriander	<1%	IT
Poivre blanc Weisser Pfeffer	<1%	FR

Allergènes | Allergenen

Sésame
Sesam

Nutriments | Nährstoffe

	/ 100g	470g (poids net)
Calories Kalorien	82kcal	384kcal
Lipides Fett	2g	8g
- Acide gras saturés Gesättigte Fettsäuren	0g	1g
Glucides Kohlenhydrate	12g	56g
- Sucre Zucker	3g	12g
Protéines Eiweiß	3g	15g
Fibres Ballaststoffe	3g	15g
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