

Curry Massaman de légumes & pommes de terre épicé

Massaman-Curry mit Gemüse und Kartoffeln in würziger Sauce

Végétalien | Vegan



Cuisiné par | Gekocht von

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

Ingrédients Zutaten	%	De Aus
Pomme de terre agria Agria-Kartoffel	34%	CH
Eau Wasser	12%	CH
Pois chiche Kichererbse	10%	CH
Carotte jaune Gelbe Karotte	9%	CH
Carotte orange Orange Karotte	9%	CH
Lait de coco Kokosmilch	8%	TH
Oignon Zwiebel	7%	CH
Pak-choi Bok-Choi	5%	CH
Curry massaman Curry massaman *	3%	TH
Piment Chili	1%	FR
Gingembre Ingwer	1%	CN
Mélicé Zitronenmelisse	<1%	CH
Sel blanc Weisses Salz	<1%	CH
Huile d'olive Olivenöl	<1%	IT
Huile de sésame Sesamöl	<1%	TH
Vinaigre de riz Reisessig	<1%	CH
Paprika Paprika	<1%	IL

* Sucre de canne, jus de tamarin, huile de soja, piments rouges, échalote, sel, ail, citronnelle, graines de coriandre, cumin, cardamome, cannelle, laurier, galanga, girofle, écorce de combava

Allergènes | Allergenen

Sésame, Soja, Sulfites
Sesam, Soja, Sulfite

Nutriments Nährstoffe	/100g	/ 450g
Calories Kalorien	76kcal	343kcal
Lipides Fett	3g	12g
- Acide gras saturés Gesättigte Fettsäuren	1g	7g
Glucides Kohlenhydrate	9g	40g
- Sucre Zucker	1g	6g
Protéines Eiweiss	2g	10g
Fibres Ballaststoffe	4g	16g
Sel Salz	0g	1g

Température de conservation:

/ Temperatur der Aufbewahrung

< 5°C

A consommer après ouverture sous:

/ Nach dem Öffnen verbrauchen unter

3 jours / Tage