



## Kartoffelpüree mit Erbsen und Röstzwiebeln

Trockenmischung mit Kartoffelflocken zur schnellen und einfachen Zubereitung eines lecker-würzigen Kartoffelpürees. Verfeinert mit Erbsen und Röstzwiebeln. Im Handumdrehen genießen Sie eine herzhafte, vollwertige Mahlzeit oder eine locker-cremige Beilage zu Fleisch- und Gemüsegerichten. Die einfache, bequeme Alternative zu traditionell zubereitetem Püree aus frischen Kartoffeln, die trotzdem schmeckt! Ideal, wenn ´s mal schnell gehen muss, zum Beispiel unterwegs, auf der Arbeit, in der Mittagspause usw. Eine Tasse oder ein Teller und heißes Wasser genügt! Vegan, glutenfrei, laktosefrei.

**Zutaten:** 55 % Kartoffelflocken, Isomaltulose\*, Gemüsepulver (Erbse, Spinat, Karotte), Gemüse (4 % Röstzwiebeln (Zwiebeln, Palmöl, Buchweizenmehl, Speisesalz), Erbsen, Lauch), Speisewürze, pflanzliches Öl (Sonnenblumen- und Palmöl), natürliches Aroma, Citrusfaser, Meersalz, Gewürze, Salz, Inulin, Kräuter, Maltodextrin, Glukosesirup, modifizierte Stärke.

Enthält insgesamt 10,4 % Erbse.

\*Isomaltulose ist eine Glukose- und Fructosequelle

Durchschnittliche Nährwerte	pro Portion (= 50 g Pulver)	pro 100 g Pulver
Brennwert	748 kJ/177 kcal	1495 kJ/354 kcal
Fett	2,5 g	4,9 g
-davon gesättigte Fettsäuren	1,4 g	2,8 g
Kohlenhydrate	31 g	62 g
-davon Zucker	9 g	18 g
Ballaststoffe	4,6 g	9,2 g
Eiweiß	5,4 g	10,8 g
Salz	2 g	4 g

**Zubereitung:** Pro Portion ca. 5 leicht gehäufte Esslöffel (50 g) mit 225 ml heißem Wasser aufgießen und gut umrühren, anschließend für 5 Minuten ziehen lassen.

Trocken und gut verschlossen lagern.

Made in Germany

**Inhalt 500 g** ergibt 10 Portionen Püree

Art.-Nr.: 480

Eti1221