



Kartoffelpüree mit Kürbis, Karotte und Süßkartoffel

Trockenmischung mit Kartoffelflocken zur schnellen und einfachen Zubereitung eines lecker-würzigen Kartoffelpürees. Verfeinert mit Kürbis, Karotten, Süßkartoffeln, Röstzwiebeln und Lauch. 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! Glutenfrei, vegan, laktosefrei.

Zutaten: 51 % Kartoffeln, Isomaltulose*, Gemüsepulver (9 % Süßkartoffel, 3 % Kürbis, Zwiebel, Karotte), Gemüse (Karotte, Röstzwiebel (Zwiebeln, Palmöl, Buchweizenmehl, Speisesalz), Lauch), Speisewürze, pflanzliches Öl (Palm- und Sonnenblumenöl), Apfelsaftpulver, natürliches Aroma, Meersalz, Citrusfaser, Gewürze, Inulin, Himalayasalz, Maltodextrin, Kräuter, Glukosesirup, modifizierte Stärke.

Enthält insgesamt 2,5 % Karotte.

*Isomaltulose ist eine Glukose- und Fructosequelle

| Durchschnittliche Nährwerte | pro Portion (= 50 g Pulver) | pro 100 g Pulver |
|------------------------------|--------------------------------|------------------|
| Brennwert | 757 kJ/180 kcal | 1514 kJ/359 kcal |
| Fett | 2,2 g | 4,4 g |
| -davon gesättigte Fettsäuren | 1,2 g | 2,3 g |
| Kohlenhydrate | 34 g | 68 g |
| -davon Zucker | 11 g | 22 g |
| Ballaststoffe | 4,3 g | 8,6 g |
| Eiweiß | 3,9 g | 7,7 g |
| Salz | 1,7 g | 3,3 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.: 397

Eti0421/Ä