



Ratatouille Quinoa



QUINOA MIT SONNENGEREIFEM GEMÜSE



Zutaten und Inhaltsstoffe

Quinoa gekocht 29% (Quinoa, Wasser), Gemüsemischung 25% (Tomaten, Paprika, Zucchini, Aubergine, Zwiebeln), Tomaten 15%, Tomatenkonzentrat, Paprika 5%, Zwiebeln 4%, Olivenöl, Branntweinessig, Kochsalz, modifizierte Stärke, Petersilie, Knoblauch, Zucker, Chili, Thymian, Lorbeer gemahlen.

Nährwertangaben	per 100 g	pro Portion
Brennwert	400 kJ / 96 kcal	1400 kJ / 335 kcal
Fett	3.8 g	13.4 g
davon gesättigte Fettsäuren	0.5 g	1.7 g
Kohlenhydrate	11.7 g	40.8 g
davon Zucker	4.0 g	14.0 g
Eiweiss	2.7 g	9.4 g
Salz	1.19 g	4.16 g