



**NATÜRLICH
FÜR DICH**

**Hochwertige
Zutaten**

**Ballast-
stoffreich**

**Keine
Zusatzstoffe**

**Echter
Geschmack**

OFT LÄNGER GUT

IST MEIN PRODUKT NOCH GUT?



SCHAUEN



RIECHEN



PROBIEREN

bohls

D
sch
Sal

Zuto
zene
gran
Peter
grieß
der*
*** aus**

Hinw
Man
Milch
Mind
siehe
versch
Wärm
CH He
Herku

Durch
pro 10

Energie
Fett
davon
Fettsä
Kohlen
davon
Ballast
Eiweiß
Salz ...



4 00

Füllhöhe technisch bedingt.



DE-ÖKO-001
EU-/Nicht-EU-
Landwirtschaft



FÜR DICH KLIMATRASPARENT

Mehr zum CO₂-Fußabdruck
dieses Produktes:
bohlsener-muehle.de/klimatransparent

🍷 Taboulé – Fertigmi- schung für Couscous- Salat

Zutaten: Couscous* (Hartwei-
zenerzeugnis*) 86%, Tomaten-
granulat* 7%, Karottengranulat*,
Petersilie* 2%, Meersalz, Zwiebel-
grieß*, Krauseminze* <1%, Korian-
der*, Pfeffer* schwarz.

* aus ökologischem Anbau

**Hinweis für Allergiker: Kann
Mandeln, Nüsse, Sesam, Soja,
Milch und Sellerie enthalten.**

**Mindestens haltbar bis:
siehe Boden/Trocken und
verschlossen lagern, vor
Wärme schützen.**

**🇩🇪 Hergestellt in Deutschland
Herkunft Couscous: Frankreich**

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g

Energie	1424 kJ / 337 kcal
Fett	2,4 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,5 g
Kohlenhydrate	62 g
davon Zucker	6,1 g
Ballaststoffe	9,7 g
Eiweiß	12 g
Salz	1,1 g



e 165g

Sooo einfach!



Mit 250 ml
kochendem
Wasser
verrühren

3 Minuten
quellen
lassen



Nach Belieben
verfeinern, z.B.
mit Tomate und
Gurke

Genieße den köstlichen Geschmack der arabischen Küche!

Ein leichter Couscous-Salat ver-
feinert mit Petersilie und erfri-
schender Minze machen diesen
zu einem besonderen Genuss!

Perfekt als schnelles Gericht oder
als Basis für Deine Klima-Bowl!

Rezeptideen unter:
[bohlsener-muehle.de/
klimakulinarik](http://bohlsener-muehle.de/klimakulinarik)

Gemischt

in Bohlsen / Lüneburger Heide
Bohlsener Mühle GmbH & Co. KG
Mühlenstraße 1, D-29581 Gerdau
www.bohlsener-muehle.de