

BIO
PIONIER
SEIT 1984



DAVERT

Bulgur

- ✓ aus Vollkorn-Hartweizen
- ✓ mild-aromatischer Geschmack
- ✓ für Salate, Aufläufe & als Beilage



Naturland

e 500 g



5597

Bulgur

Zutaten: Hartweizen*. *aus kontrolliert biologischem Anbau
Kann produktionsbedingt Schalenfrüchte und Sesam enthalten.

Grundrezept (als Beilage für 2 Personen)

125 g Bulgur mit der doppelten Menge kochendem Wasser aufgießen, leicht salzen und mit geschlossenem Deckel 8–12 Minuten köcheln lassen.

Ø Nährwerte pro 100 g

Energie	1.447 kJ / 342 kcal
Fett	1,5 g
- davon gesättigte Fettsäuren	0,3 g
Kohlenhydrate	67 g
- davon Zucker	2,0 g
Ballaststoffe	9,6 g
Eiweiß	11 g
Salz	0,06 g

Mindestens haltbar bis:
siehe Seitenaufdruck



4019339303122

4 "019339"303108"

Produktinformationen

Bulgur ist vorgegarter, grob zerkleinerter Hartweizen. In der orientalischen Küche wird er besonders als Beilage und für Salate geschätzt. Mit seiner locker körnigen Konsistenz und seinem milden Geschmack passt er auch zu Aufläufen und Pfannengerichten.

DAVERT Eine Marke der
Midsona Deutschland GmbH
Zur Davert 7 • 59387 Ascheberg
➤ www.davert.de

Abgefüllt in Deutschland

e 500 g

Stand 08/24
5593