

Bio Hülsenfruchtmischung, getrocknet

Zutaten: Rote Linsen* geölt (rote Linsen* 99 %, Sonnenblumenöl* 1 %), gelbe Linsen* geölt (gelbe Linsen* 99 %, Sonnenblumenöl* 1 %), Berglinsen* vorgekocht. *aus kontrolliert biologischem Anbau.

Kann produktionsbedingt Gluten, Schalenfrüchte und Sesam enthalten.

Grundrezept (als Beilage für 2 Personen)

150 g Protein Linsen Mix in reichlich Wasser aufkochen und 10 Min. mit geschlossenem Deckel köcheln lassen. Erst zum Ende der Garzeit salzen und überschüssiges Wasser abgießen.

Ø Nährwerte pro 100 g

Energie	1.430 kJ / 338 kcal
Fett	1,6 g
- davon gesättigte Fettsäuren	0,3 g
Kohlenhydrate	50 g
- davon Zucker	2,0 g
Ballaststoffe	12 g
Eiweiß	25 g
Salz	0,09 g

Produktinformationen

Der Protein Linsen Mix ist ideal als mild-würzige Zutat für Gemüsefüllungen und Bowls. In Suppen und Eintöpfen kann er direkt mitgekocht werden. Auch als proteinreiche Basis für selbstgemachte Dips und Aufstriche ist der Mix perfekt.

Mindestens haltbar bis:
siehe Seitenaufdruck

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

Abgefüllt in Deutschland.



e 500 g

Stand 07/25
5897



DE-ÖKO-001

Türkei-
Landwirtschaft

Mindestens haltbar bis:
26.10.27

OFT LÄNGER GUT