

WIE KANN VEGANES RÜHREI EIGENTLICH SO SPECK-TAKULÄR SCHMECKEN?

INDEM WIR UNSERE HERZHAFT-RAUCHIGE WÜRZUNG MIT DEN BESTEN ZUTATEN DER NATUR KOMBINIEREN.

Weitere leckere Rezeptideen unter: www.biovegan.de



ZUBEREITUNG

1. Den Packungsinhalt mit 125 ml Wasser verrühren und ca. 2 Minuten quellen lassen.
2. In der Zwischenzeit eine beschichtete Pfanne mit etwas Öl auf mittlerer bis hoher Hitze vorheizen.
3. Das angerührte Pulver in 3 Klecksen in die Pfanne geben. Die Kleckse nach 3 Minuten wenden und nochmal für 1 Minute erhitzen.
4. Die Kleckse mit zwei Pfannenwendern zerpfücken und für 1 weitere Minute erhitzen. Ein kleines Stück Margarine zufügen, Pfanne schwenken – fertig.

Inhalt **50 g e**
für 125 ml Wasser



BIOVEGAN GmbH
Biovegan-Allee 1 DE-56579 Bonefeld
www.biovegan.de



TROCKENMISCHUNG FÜR VEGANES RÜHREI AUF BASIS VON KICHERERBSEN UND GERÄUCHERTEN SHIITAKE-PILZEN

ZUTATEN

83 % Kichererbsenmehl*, 4,8 % geräucherte Shiitakepilze*, Salz, Inulin*, Flohsamenschalen*, geräuchertes Salz, Leinprotein*, geräucherte Paprika*, Knoblauch*, Zwiebel*, weißer Pfeffer*, Kurkuma*.

Kann Spuren von SELLERIE, SESAM, SENF, LUPINEN, SULFITEN und SCHALENFRÜCHTE enthalten.

*aus kontrolliert biologischem Anbau

DIE TROCKENMISCHUNG ENTHÄLT Ø FOLGENDE NÄHRWERTE JE 100 G

Brennwert:	1376 kJ/329 kcal
Fett:	5,4 g
davon gesättigte Fettsäuren:	1,0 g
Kohlenhydrate:	43 g
davon Zucker:	2,5 g
Ballaststoffe:	18 g
Eiweiß:	18 g
Salz:	4,6 g

Trocken lagern und vor Wärme schützen. Mindestens haltbar bis: siehe unten



DE-ÖKO-006
EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft



100

SERVIER-
VORSCHLAG

Mit Speck-Ersatz
aus geräucherten
Pilzen

AUF BASIS VON
KICHERERBSEN



VEGAN



NEU

MEIN VEGANES
RÜHREI
MIT SPECK-ERSATZ

