

Bobotie

Afrikanischer Bobotie

Trockennahrung: Reis, Ei und Rindfleisch mit Kräutersoße

Erhältlich als:



1 Portion

1 × 600 kcal

Total Energie	600 kcal (2512 kJ)
Füllgewicht	146 g
Haltbarkeit	48 Monate
EAN	8717624623424
Zubereitung	1. Tüte an Kerbung öffnen. Boden auffalten. Entferne Sauerstoffabsorber. 2. Bis Markierung mit heißem Wasser aufgießen. 3. Gut umrühren. 4. Zipper schliessen. 8 Minuten ziehen lassen. 5. Umrühren. 6. Aus der Tüte essen.

Nährwert

	Energie	Fettsäuren (davon gesättigt)	Kohlenhydrate (Zucker)	Ballaststoffe	Eiweiß	Salz
100 g	410 kcal (1717 kJ)	12.8 g (2.3 g)	61.6 g (12.8 g)	3.9 g	12.0 g	1.6 g
1 Portion (146 g)	600 kcal (2512 kJ)	18.7 g (3.4 g)	89.9 g (18.7 g)	5.7 g	17.5 g	2.3 g

Zutaten

Reis (38%), Sonnenblumenöl, Rosinen (9%), Apfel (8%), Rindfleisch (7%), Zwiebel, **Eipulver**, Prinzeßbohnen (3%), Glukosesirup, Salz, Kartoffelstärke, modifizierte Speisestärke (modifizierte Maisstärke), Kurkuma, Knoblauch, Ingwerpulver, Echter Kümmel, natürliches Aroma, Bockshornklee, Chili, Nelke, Pfeffer, Petersilie, Muskatnuss, Zimt (0.17%), Paprika, Kreuzkümmel, Fenchelsamen, Koriander, Konservierungsstoff (E220)

Allergie-Info

Enthält Ei. Kann Spuren von Erdnüsse, Nüsse enthalten.



FOR INTENSIVE OUTDOOR ACTIVITIES