

Al Amier Cous Cous 500g

vorgekocht, aus reinem Hartweizengriessfür die Zubereitung des gleichnamigen nordafrikanischen Nationalgerichtes Allergene: Glutenhaltige Getreide sowie daraus hergestellte ErzeugnisseWeizen sowie daraus hergestellte Erzeugnisse Name Hersteller: Rila. Die Genussentdecker.® Adresse Hersteller: D-32351 Stemwede-Levern Verarbeitungshinweis: ***Sieden*** Zubereitung: 500 g CousCous in eine Schüssel geben und 800 ml kochendes Wasser, Gemüse- oder Fleischbrühe hinzugeben und abgedeckt 5 Minuten quellen lassen. Nach Belieben Olivenöl oder Butter unterrühren und sofort servieren. Rechtliche Bezeichnung: Hartweizengrieß Zutatenverzeichnis: Zutaten: Couscous HartWEIZENGrieß Kann Spuren von Soja und Senf enthalten. Aufbewahrungshinweis: Wärme geschützt und trocken lagern.

[Zum Produkt](#)

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	1477 kj
Brennwert kcal	349 kcal
Fett	1,8 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,4 g
Kohlenhydrate	69 g
davon Zucker	2,1 g
Ballaststoffe	4,2 g
Eiweiß	12 g
Salz	0 g

NUTRI-SCORE

