

Fertiggericht Nudelterrinen mit Huhn - laktosefrei

Zutaten: Nudeln (Hartweizengrieß) 54 %, Hühnerfleisch 8 %, Karotten, Maltodextrin, Erbsen, Palmfett, Salz, modifizierte Stärke, Hefeextrakt, Zwiebeln, Schnittlauch, Petersilie, Gewürzextrakte.

Allergene: Gluten. Kann Spuren von Eiern, Soja und Sellerie enthalten.

Zubereitung: Beutelinhalt mit 400 ml kochendem Wasser aufgießen, kurz umrühren. Beutel schließen, ca. 5 – 10 Minuten ziehen lassen.

Nach der Zubereitung sofort verzehren.

Durchschnittliche Nährwertangaben pro 100 g Trockenprodukt:

Energie	1606 kJ
	380 kcal
Fett	6,8 g
davon gesättigte Fettsäuren	3,7 g
Kohlenhydrate	60 g
davon Zucker	6,3 g
Ballaststoffe	4,1 g
Eiweiß	17 g
Salz	5,5 g

mindestens haltbar bis:
L...

Füllgewicht: **e** 125g
51136 L



kühl und trocken lagern.
Unter Schutzatmosphäre verpackt.

Simpert Reiter GmbH Weddigenstr. 2-6 D-86179 Augsburg www.travellunch.de

Fertiggericht Cous Cous – vegetarisch - laktosefrei

Zutaten: Vollkorn-Weizencouscous 73 %, Gemüse in veränderlichen Gewichtsanteilen 10 % (Karotten, Erbsen, Zwiebel, Paprika), Palmfett, Speisesalz, Sultaninen, modifizierte Stärke, Champignons, Hefeextrakt, Gewürze, Gewürzextrakte.

Allergene: Gluten.

Zubereitung: Beutelinhalt mit 300 ml kochendem Wasser aufgießen, kurz umrühren. Beutel schließen, ca. 5 – 10 Minuten ziehen lassen.

Nach der Zubereitung sofort verzehren.

Durchschnittliche Nährwertangaben pro 100 g Trockenprodukt:

Energie	1518 kJ
	360 kcal
Fett	7,1 g
davon gesättigte Fettsäuren	4,0 g
Kohlenhydrate	57 g
davon Zucker	8,5 g
Ballaststoffe	9,0 g
Eiweiß	11 g
Salz	3,8 g

mindestens haltbar bis:

L ...

Füllgewicht: e 125 g
51153 L



kühl und trocken lagern
Unter Schutzatmosphäre verpackt.

Simpert Reiter GmbH Weddigenstr. 2-6 D-86179 Augsburg www.travellunch.de

Bratkartoffeln mit Schinken - laktosefrei

(Zubereitung in der Pfanne)

Zutaten: Kartoffeln 76 % (enthält Sulfid), Palmfett, Röstzwiebeln 10 (Zwiebeln 76 % , Palmöl ungehärtet, Weizenmehl, Salz), Schinken 6 %, Speisesalz, Gewürzextrakte, Petersilie.

Allergene: Gluten, Sulfid. Kann Spuren von Sellerie enthalten.

Zubereitung: Inhalt des Beutels mit 300 ml heißem Wasser aufgießen, ca. 5 min ziehen lassen. Danach das restliche Wasser abgießen und die Kartoffeln in der Pfanne knusprig braten.

Nach der Zubereitung sofort verzehren.

Durchschnittliche Nährwertangaben pro 100 g Trockenprodukt:

Energie	2020 kJ
	483 kcal
Fett	26 g
davon gesättigte Fettsäuren	16 g
Kohlenhydrate	52 g
davon Zucker	4,9 g
Ballaststoffe	2,0 g
Eiweiß	7,6 g
Salz	1,0 g

mindestens haltbar bis:

L...

Füllgewicht: **e** 125 g
51158 L



Unter Schutzatmosphäre verpackt.
kühl und trocken lagern

Simpert Reiter GmbH Weddigenstraße 2-6 D-86179 Augsburg www.travellunch.de