

MEDITERRANEAN FETA BOWL

Hirse-Bowl mit Feta & Gemüse
Millet bowl with feta & vegetables
Bol de millet avec feta & légumes

ZUTATEN

HIRSE MIT TOMATENSAUCE, FETA UND GEMÜSE, GEKOCHT, PASTEURISIERT.

Zutaten: Hirse gekocht (31%) (Hirse, Wasser), Gemüsepaprika (15%), Zucchini (15%), **FETA KÄSE** (11%), Tomatenmark (10%), Wasser, Zwiebeln (3%), halbtrocknete Tomaten (3%) (Tomaten halbtrocknet, Rapsöl, Balsamicoessig weiss (Weissweinessig, Traubenmostkonzentrat), Kapern, Gewürze, Invertzuckersirup, Speisesalz, Olivenöl, Honig, Knoblauch, Gärungsessig), Rapsöl, Speisesalz, Stärke, Zucker, Gärungsessig, Sonnenblumenöl, Gewürze, Kräuter. **Kann Spuren von Gluten, Ei, Cashewnüssen, Sellerie, Senf und Soja enthalten. QEAMER kann allergene Spuren von anderen Fertiggerichten eintragen.** Herkunft Zutaten: Hirse: Polen, Ukraine; Feta: Griechenland; Tomaten: Spanien, Türkei.

INGREDIENTS

MILLET WITH TOMATO SAUCE, FETA AND VEGETABLES, COOKED, PASTEURIZED.

Ingredients: Millet cooked (31%) (millet, water), sweet peppers (15%), zucchini (15%), **FETA CHEESE** (11%), tomato paste (10%), water, onions (3%), semi-dried tomatoes (3%) (tomatoes semi-dried, rapeseed oil, white balsamic vinegar (white wine vinegar, grape must concentrate), capers, spices, invert sugar syrup, table salt, olive oil, honey, garlic, fermentation vinegar), rapeseed oil, table salt, starch, sugar, fermentation vinegar, sunflower oil, spices, herbs. **May contain traces of gluten, egg, cashews, celery, mustard and soy. QEAMER may insert allergenic traces from other ready meals.** Origin: with non-UK ingredients; millet: Poland, Ukraine; feta: Greece; tomatoes: Spain, Turkey.

INGRÉDIENTS

MILLET AVEC UNE SAUCE AUX TOMATES, FETA ET LÉGUMES, CUIT, PASTEURISÉ.

Ingrédients : Millet cuit (31%) (millet, eau), poivrons (15%), courgettes (15%), **FROMAGE FETA** (11%), concentré de tomates (10%), eau, oignons (3%), tomates semi-séchées (3%) (tomates semi-séchées, huile de colza, vinaigre balsamique blanc (vinaigre de vin blanc, moût de raisin concentré), câpres, épices, sirop de sucre inverti, sel de table, huile d'olive, miel, ail, vinaigre de fermentation), huile de colza, sel de table, amidon, sucre, vinaigre de fermentation, huile de tournesol, épices, herbes. **Peut contenir des traces de gluten, d'œuf, de noix de cajou, de céleri, de moutarde et de soja. Le QEAMER peut insérer des traces d'allergènes provenant d'autres plats cuisinés.** Origine : millet : Pologne, Ukraine; feta : Grèce; tomates : Espagne, Turquie.



DURCHSCHNITTliche NÄHRWERTE PRO 100G / AVERAGE NUTRITIONAL VALUE PER 100G / VALEURS NUTRITIVES MOYENNES POUR 100G

Energie / Energy / Énergie	543 kJ / 130 kcal
Fett / Fat / Matières grasses davon gesättigte Fettsäuren / of which saturates / dont acides gras saturés	5.5 g 2.8 g
Kohlenhydrate / Carbohydrate / Glucides davon Zucker / of which sugars / dont sucres	14 g 0.8 g
Eiweiss / Protein / Protéines	5.0 g
Salz / Salt / Sel	1.4 g