

# RATATOUILLE QUINOA BOWL

Provenzalisches Ratatouille mit Quinoa

Provençal ratatouille with quinoa

Ratatouille provençale au quinoa

## ZUTATEN

### QUINOA MIT GEMÜSE, GEKOCHT, PASTEURISIERT.

**Zutaten:** Ratatouille (63%) (Zucchini (14%), Gemüsepaprika (13%), Tomaten (11%), Tomatenmark (10%), Wasser, Zwiebeln (4%), Rapsöl, Auberginen (2%), Speisesalz, Stärke, Sonnenblumenöl, Zucker, Gewürz, Kräuter), Quinoa gegart gewürzt (37%) (Wasser, Quinoa, Karotten granuliert, Paprika granuliert, Petersilie, Rapsöl, Gärungssessig). **Kann Spuren von Gluten, Ei, Sellerie, Senf, Soja, Milch und Cashewnüssen enthalten. QEAMER kann allergene Spuren von anderen Fertiggerichten eintragen.** Herkunft Zutaten: Quinoa: Peru, Bolivien; Tomaten: Italien, China.

## INGREDIENTS

### QUINOA WITH VEGETABLES, COOKED, PASTEURIZED.

**Ingredients:** Ratatouille (63%) (zucchini (14%), sweet peppers (13%), tomatoes (11%), tomato paste (10%), water, onions (4%), rapeseed oil, aubergines (2%), table salt, starch, sunflower oil, sugar, spices, herbs), quinoa cooked seasoned (37%) (water, quinoa, carrots granulated, sweet peppers granulated, parsley, rapeseed oil, fermentation vinegar). **May contain traces of gluten, egg, celery, mustard, soy, milk and cashews. QEAMER may insert allergenic traces from other ready meals.** Origin: with non-UK ingredients; quinoa: Peru, Bolivia; tomatoes: Italy, China.

## INGRÉDIENTS

### QUINOA AVEC DES LÉGUMES, CUIT, PASTEURISÉ.

**Ingrédients :** Ratatouille (63%) (courgettes (14%), poivrons (13%), tomates (11%), concentré de tomates (10%), eau, oignon (4%), huile de colza, aubergines (2%), sel de table, amidon, huile de tournesol, sucre, épices, aromates), quinoa cuit assaisonné (37%) (eau, quinoa, carottes granulées, poivrons granulés, persil, huile de colza, vinaigre de fermentation). **Peut contenir des traces de gluten, d'œuf, de céleri, de moutarde, de soja, de lait et de noix de cajou. Le QEAMER peut insérer des traces d'allergènes provenant d'autres plats cuisinés.** Origine : quinoa : Pérou, Bolivie; tomates : Italie, Chine.



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

Energie / Energy / Énergie	506 kJ / 121 kcal
Fett / Fat / Matières grasses davon gesättigte Fettsäuren / of which saturates / dont acides gras saturés	4.7 g 0.5 g
Kohlenhydrate / Carbohydrate / Glucides davon Zucker / of which sugars / dont sucres	15 g 5.2 g
Eiweiss / Protein / Protéines	3.1 g
Salz / Salt / Sel	1.2 g