



# Couscous Bowl Tomate mit Basilikum

140g Bio gf, 140g

*Schnelle Couscous-Mahlzeit. 2 Portionen.*



| Artikelnummer | GTIN-Stück | GTIN-Verpackung | eco-ID |  |
|---------------|------------|-----------------|--------|--|
| 121628        |            |                 | 342224 |  |

## Marke

Bauck Mühle

## Qualität

Bio-Siegel, EU Bio-Logo, EU Landwirtschaft / Nicht EU Landwirtschaft, Glutenfrei Ähre der DZG

## Allgemeines

Die Bauck GmbH wurde 1969 gegründet, um Bio- und Demeter-Erzeugnisse der Region zu vermarkten. Noch heute ist die Förderung der biologisch-dynamischen Landwirtschaft eines der wichtigsten Ziele des Naturkostherstellers.

Vollwertige Müslis, erlesene Mehle, Backmischungen für saftige Torten, Kuchen und Brote, nahrhafte Porridges und herzhaften Veggie-Mischungen, alles oft glutenfrei, weizenfrei und vegan – unter der Marke Bauck Mühle vertreibt die Bauck GmbH heute rund 150 Produkte. Immer unter dem Motto: „Bio. Aus Liebe zur Zukunft.“

Die Bauck Mühle steht für innovative Rezepturen, in denen ausschließlich Bio- und Demeter-Rohstoffe verarbeitet werden und die einfach zuzubereiten sind. Seit 2005 ist der Mühlenbetrieb außerdem auf glutenfreie Produkte, die der ganzen Familie schmecken, spezialisiert. Dazu tragen eine eigene Glutenfrei-Mühle, glutenfreie Mischungen sowie ein eigenes Glutenfrei-Labor bei.

## Kurzbeschreibung

Die Couscous-Bowl aus unserer Bauck Mühle ist deine schnelle Mahlzeit für den Sofort-Genuss, die ideale Basis für dein Meal-Prep und lecker als Salat mit frischen, saisonalen Zutaten.

## Hinweise zur Handhabung oder Verwendung

So einfach geht's:

1. Mischung in eine Schüssel geben und mit 200ml kochendem Wasser übergießen. Gut durchrühren und 5 Minuten quellen lassen.
2. Anschließend mit einer Gabel noch einmal umrühren, um das Gericht aufzulockern.
3. Warm oder kalt genießen und nach Belieben mit frischen Zutaten verfeinern.

Im Kühlschrank 1-2 Tage haltbar.

## Lager- und Aufbewahrungshinweis

Trocken lagern, Vor Wärme schützen

## Zollrechtliche Herkunft

Deutschland (DE)

## Wechselnde Ursprungsländer

ja





# Couscous Bowl Tomate mit Basilikum

## 140g Bio gf, 140g

Schnelle Couscous-Mahlzeit. 2 Portionen.



| Artikelnummer | GTIN-Stück | GTIN-Verpackung | eco-ID |  |
|---------------|------------|-----------------|--------|--|
| 121628        |            |                 | 342224 |  |

## Ursprungsland/ -region Hauptzutaten

Deutschland, Diverse Länder

## Zutaten

Mais-Reis Couscous\* 81% (Maismehl\*, Reismehl\*), Tomatenflocken\* 7% (zweifach konzentriertes Tomatenmark\* 6%, Maisstärke\*), Reismehl\*, Zwiebeln\*, Steinsalz, Tomatenstücke\* 2%, Basilikum\*, Knoblauchpulver\*, Petersilie\*, Pfeffer\*

*\*aus kontrolliert ökologischer Erzeugung*

*Diese Zutatenliste entspricht einer Volldeklaration im Sinne der Richtlinien des Bundesverbandes Naturkost & Naturwaren.*

*Dieses Produkt ist nicht aromatisiert.*

## Allergiehinweise

**nicht enthalten:** Eier, Erdnuss, Fisch, Krebstier, Milch, Weichtier

**Ausschluss garantiert:** Gluten, Dinkel, Gerste, Hafer, Kamut, Roggen, sonstiges glutenhaltiges Getreide, Weizen

**Spuren möglich:** Lupine, Schalenfrüchte, Sellerie, Senf, Sesam, Soja, Cashewnuss, Haselnuss, Mandeln, Walnuss

**nein:** Schwefeldioxid und Sulfite > 10mg/kg

## Weitere Eigenschaften

vegan✓ vegetarisch✓ glutenfrei✓ laktosefrei✓

## Warengruppenspezifische Angaben

**Rechtlicher Status**..... Lebensmittel

**Garmethode**..... Mischen, Anrühren von Pulver mit Wasser oder Milch

## Qualität

**Bio-Erzeugnis**..... ja

**Staatliche Siegel**..... Bio-Siegel, EU Bio-Logo

**Länderzusatz des EU-Logos**..... EU Landwirtschaft / Nicht EU Landwirtschaft

**Öko-Kontrollstelle**..... DE-ÖKO-007

**Weitere Qualitätskriterien und Labels**..... Glutenfrei Ähre der DZG

## Gesetzliche Angaben

**Zusatzstoffe, Rechtlicher Hinweis**..... Keine deklarationspflichtigen Zusatzstoffe vorhanden

**Rechtliche Bezeichnung des Produkts**..... Glutenfreie Fertigmischung für Mais-Reis-Couscous mit Tomate und Basilikum

**Inverkehrbringer**..... Bauck GmbH, Duhenheim 4, D-29571 Rosche; info@bauck.de

**E-Mail Inverkehrbringer**..... info@bauck.de



# Couscous Bowl Tomate mit Basilikum

## 140g Bio gf, 140g

*Schnelle Couscous-Mahlzeit. 2 Portionen.*



| Artikelnummer | GTIN-Stück                                                                                           | GTIN-Verpackung                                                                                      | eco-ID |                                                                                     |
|---------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| 121628        | <br>4 015637 026572 | <br>4 015637 026589 | 342224 |  |

### Nährwerte & Analyseergebnisse bezogen auf 100 g

|                                |                   |
|--------------------------------|-------------------|
| Energie kJ / kcal              | 608 kJ / 143 kcal |
| Fett                           | 0,6 g             |
| davon gesättigte Fettsäuren    | 0,1 g             |
| Kohlenhydrate                  | 30 g              |
| davon Zucker                   | 2,1 g             |
| Ballaststoffe                  | 1,8 g             |
| Eiweiß                         | 3,3 g             |
| Ermittlung der Nährwerte durch | Berechnung        |
| Salz                           | 1,0 g             |

### Maße und Gewichte der VE (VerbrauchsEinheit / Stück)

|             |          |
|-------------|----------|
| Füllgewicht | 0,140 kg |
|-------------|----------|

### Angaben zur VE (VerbrauchsEinheit / Einzel)

|                     |             |
|---------------------|-------------|
| Verpackungsart      | Bag in Box  |
| Verpackungsmaterial | OPP, Papier |

### Preise und Konditionen

|       |      |
|-------|------|
| Pfand | nein |
|-------|------|