

## Meine Kürbis Karotten Suppe mit 38% Gemüse (140 g)



- **Glutenfrei**
- **Vegetarisch**
- **Mit Ballaststoffen**
- **Mit naturbelassenem Steinsalz**
- **Ohne zugesetzten Haushaltszucker**
- **Ohne Geschmacksverstärker**
- **Mit 38% Gemüse**

### Zubereitung:


1 Messlöffel (18g) für 175 ml Wasser.

Pulvermischung in eine Suppentasse geben, mit kochendem Wasser aufbrühen und dabei zügig umrühren bis sich das Pulver gelöst hat. Kurz ziehen lassen und genießen.

### Zutaten:

38 % Gemüsepulver und -stücke (Kartoffeln, 9 % Kürbis, 4,5 % Karotte, Pastinake, Zwiebeln, Lauch), Isomaltulose\*, Sonnenblumenöl, Speisewürze, 6,45 % Steinsalz, Reismehl, natürliches Aroma, Citrusfaser, Glucosesirup, Verdickungsmittel: Guarkernmehl, Gewürze, **Milcheiweiß**, Kräuter, Inulin

\*Isomaltulose ist eine Glucose- und Fruktosequelle

Produkt-Information			
		Reversion: 01	
erstellt am: 18.08.2017	gültig ab: 16.02.2016	Seite 1 von 2 Seiten	<b>MAISTRO HandelsgebmbH</b>


Der Verzehr von Lebensmitteln, die anstelle von Zucker andere Zuckerarten enthalten, bewirkt, dass der Blutzuckerspiegel nach dem Verzehr weniger stark ansteigt als beim Verzehr von zuckerhaltigen Lebensmitteln.

## Nährwerttabelle:

Nährwerte	je 100 g Pulver	je 100 g Suppe
Brennwert	1517 kJ / 363 kcal	156 kJ / 37 kcal
Fett	8,18 g	0,84 g
- davon gesättigte Fettsäuren	0,81 g	0,08 g
- davon mehrfach ungesättigte Fettsäuren		
- davon Omega-3 Fettsäuren		
Kohlenhydrate	52,56 g	5,41 g
davon Zucker	29,53 g	3,04 g
Ballaststoffe	11,57 g	1,19 g
Eiweiß	11,70 g	1,21 g
Salz	9,90 g	1,02 g

## Tipp:

Kleine Kürbiswürfel, kurz angebraten als Einlage geben dieser Suppe den notwendigen Biss. Dazu noch ein paar Kürbiskerne gehackt und angeröstet, mit Sahnehäubchen das Erscheinungsbild verschönern. Wer es etwas schärfer möchte, kann eine Brise Ingwerpulver hinzufügen

Produkt-Information		
		Reversion: 01
erstellt am: 18.08.2017	gültig ab: 16.02.2016	Seite 2 von 2 Seiten
		
<b>MAISTRO HandelsgesmbH</b>		