

Ratatouille

Quinoa Bowl



Provenzalisches Ratatouille mit Quinoa



Provençal ratatouille with quinoa
Ratatouille provençale au quinoa
Provençaalse ratatouille met quinoa
Provençalsk ratatouille med quinoa
Provance-ratatouille med quinoa

DE: Gemüse mit Quinoa, gekocht, pasteurisiert. • Zutaten: Ratatouille (63 %) (Zucchini (14 %), Gemüsepaprika (13 %), Tomaten (11 %), Tomatenmark (10 %), Wasser, Zwiebeln (4 %), Rapsöl, Auberginen (2 %), Speisesalz, Stärke, Sonnenblumenöl, Zucker, Gewürze, Kräuter), Quinoa gegart und gewürzt (37 %) (Wasser, Quinoa, Karotten granuliert, Paprika granuliert, Petersilie, Rapsöl). **Kann Spuren von Gluten, Milch inkl. Laktose, Ei, Soja, Cashewnüssen, Sellerie und Senf enthalten. QEAMER kann allergene Spuren von anderen Fertiggerichten eintragen.**

EN: Vegetables with quinoa, cooked, pasteurised. • Ingredients: ratatouille (63%) (courgette (14%), bell pepper (13%), tomato (11%), tomato paste (10%), water, onion (4%), rapeseed oil, aubergine (2%), salt, starch, sunflower oil, sugars, spices, herbs), quinoa cooked and seasoned (37%) (water, quinoa, carrot granulated, bell pepper granulated, parsley, rapeseed oil). Allergy advice: for allergens, see ingredients in **BOLD**. **May contain traces of gluten, milk, incl. lactose, egg, soy, cashew nuts, celery and mustard. QEAMER may carry over allergenic traces from other ready meals.** Origin of vegetables: EU (non- UK).

FR : Légumes avec quinoa, cuits, pasteurisés. • Ingrédients : ratatouille (63 %) (courgettes (14 %), poivron (13 %), tomates (11 %), pulpe de tomates (10 %), eau, oignon (4 %), huile de colza, aubergines (2 %), sel comestible, amidon, huile de tournesol, sucre, épices, fines herbes), quinoa cuit assaisonné (37 %) (eau, quinoa, granulés de carottes, granulés de poivrons, persil, huile de colza). **Peut contenir des traces de gluten, de lait, notamment de lactose, d'œuf, de soja, de noix de cajou, de céleri et de moutarde. Le QEAMER peut contenir des traces d'allergènes provenant d'autres plats cuisinés.**

NL: Groenten met quinoa, gekookt, gepasteuriseerd. • Ingrediënten: ratatouille (63 %) (courgettes (14 %), groentepaprika (13 %), tomaten (11 %), tomatenpuree (10 %), water, uien (4 %), koolzaadolie, aubergines (2 %), keukenzout, zetmeel, zonnebloemolie, suiker, specerijen, kruiden), quinoa gekookt gekruid (37 %) (water, quinoa, (wortels)gegranuleerd, paprika gegraneleerd, peterselie, koolzaadolie). **Kan gluten, melk, waaronder lactose, ei, soja, cashewnoten, selderij en mosterd bevatten. QEAMER kan allergene sporen van andere kant-en-klaar maaltijden bevatten.**

DA: Grøntsager med quinoa, kogt, pasteuriseret. • Ingredienser: ratatouille (63 %) (zucchini (14 %), peberfrugt (13 %), tomat (11 %), tomatpuré (10 %), vand, løg (4 %), rapsolie, auberginer (2 %), bordsalt, stivelse, solsikkeolie, sukker, krydderier, krydderurter), quinoa kogt og krydret (37 %) (vand, quinoa, granulerede gulerødder, granulerede peberfrugter, persille, rapsolie). **Kan indeholde spor af gluten, mælk herunder laktose, æg, soja, cashewnødder, selleri og sennep. QEAMER kan tilsætte allergene spor fra andre færdigretter.**

NO: Grønnsaker med quinoa, kokt, pasteurisert. • Ingredienser: ratatouille (63 %) (zucchini (14 %), paprika (13 %), tomat (11 %), tomatpuré (10 %), vann, løk (4 %), rapsolje, auberginer (2 %), bordsalt, stivelse, solsikkeolje, sukker, krydder, urter), quinoa gjæret og krydret (37 %) (vann, quinoa, granulerte gulrøtter,



Durchschnittliche Nährwerte / Average nutritional value / Valeurs nutritionnelles moyennes / Gemiddelde voedingswaarde / Gennemsnitlig næringsværdi / Gjennomsnittlig næringsinnhold						pro / per / pour / per / pr. / per 100 g
Energie	Energy	Énergie	Energie	Energi	Energi	506 kJ (121 kcal)
Fett	Fat	Matières grasses	Vetten	Fedt	Fett	4,7 g
davon gesättigte Fettsäuren of which saturates dont acides gras saturés waarvan verzadigde vetzuren heraf mættede fedtsyrer hvorav mettede fettsyrer						0,5 g
Kohlenhydrate	Carbohydrate	Glucides	Koolhydraten	Kulhydrat	Karbohydrater	15 g
davon Zucker of which sugars dont sucres waarvan suikers heraf sukker hvorav sukker						5,2 g
Eiweiss	Protein	Protéines	Eiwitten	Protein	Protein	3,1 g
Salz	Salt	Sel	Zout	Salt	Salt	1,2 g

granulerte paprika, persille, rapsolje). **Kan inneholde spor av gluten, melk, inkludert laktose, egg, soya, kasjunøtter, selleri og sennep. QEAMER kan legge igjen allergene spor fra andre ferdigretter.**

Content carton:
6 menus à 380 g

10003003

Mediterran



Hergestellt für:
Carogusto AG: Fehlwiesstrasse 20 • CH-8580 Amriswil

sisisi.com

