

„Gulasch vom Langeooger Rind“
Glas a 450g

Nährwerttabelle: pro 100g:

Brennwert	416 kJ
	99 kcal
Fett	5,2 g
davon gesättigte Fettsäuren	2,2 g
Kohlenhydrate	3,2 g
davon Zucker	1,7 g
Eiweiß	10 g
Salz	1 g

Zutaten: Rind, Sellerie, Zwiebeln, Möhren, Maisstärke, Salz, Zucker, Lorbeer, Wacholder, Pfeffer, Nelke, Paprika, Knoblauch, Majoran, Kümmel