

protect
the most
important

EMERGENCY FOOD
BY TREK'N EAT



15 YEARS
SHELFLIFE

TECHNICAL DATA

DE Quinoa - mexikanische Art

EN Quinoa - Mexican Style

FR Quinoa à la mexicaine

IT Quinoa alla messicana

NL Quinoa volgens Mexicaans recept

ES Quinoa a la mexicana

DK Mexicaanse quinoa

FI Kvinoaa meksikolaisittain

NO Meksikansk quinoa

SE Mexikansk quinoa

Art.-Code:	613101.01	HS-Code:	1904 9080 000
EAN Code:	4015753661312	CoO:	DE
e	600 g		

(DE) Quinoa - mexikanische Art

Zutaten: Tomatensauce, Quinoa 15%, Quinoa rot 15%, Kidneybohnen, Würzischung (enthält **Sellerie**), Kartoffeln, Tomaten, Paprika, Mais, Lauch, **Sellerie**, Zucker, Kumin. **Zubereitung:** Inhalt in 1400 ml kochendes Wasser einrühren und 8 Minuten ziehen lassen. **Allergene: Glutenhaltig, Sellerie**

(EN) Quinoa - Mexican Style

Ingredients: tomato sauce, quinoa 15%, red quinoa 15%, kidney beans, seasoning (contains **celery**), potatoes, tomatoes, capsicum, sweet corn, leeks, **celery**, sugar, cumin. **Directions:** Stir contents into 1400 ml of boiling water and simmer the mixture for 8 minutes. **Allergens: contains gluten, Celery**

(FR) Quinoa à la mexicaine

Ingredients: sauce tomate, quinoa 15%, quinoa rouge 15%, haricots rouges, mélange de condiments (contient du **céleri**), pommes de terre, tomates, poivrons, maïs, poireaux, **céleri**, sucre, cumin. **Préparation:** Délayer le contenu dans 1400 ml d'eau bouillante et laisser reposer pendant 8 minutes environ.

Allergènes: gluten, céleri

(IT) Quinoa alla messicana

Ingredienti: salsa di pomodoro, quinoa 15%, quinoa rossa 15%, fagioli kidney rossi, mix di spezie (contiene **sedano**), patate, pomodori, peperoni, mais, porro, **sedano**, zucchero, cumino romano. **Preparazione:** Mescolare i contenuti in 1400 ml di acqua bollente e lasciar riposare circa 8 minuti.

Allergeni: contiene glutine, sedano

(ES) Quinoa a la mexicana

Ingredientes: salsa de tomate, quinoa 15%, quinoa roja 15%, alubias rojas, condimentos (contiene **apio**), patatas, tomates, pimiento, maíz, puerro, **apio**, azúcar, comino. **Instrucciones:** Revuelva el contenido en 1400 ml de agua hirviendo y deje reposar unos 8 minutos. **Allergénos: contiene gluten, apio**

(NL) Quinoa volgens Mexicaans recept

Ingrediënten: tomatensaus, quinoa 15%, rode quinoa 15%, kidneybonen, kruidenmix (bevat **selderij**), aardappelen, tomaten, paprika, mais, prei, **selderij**, suiker, komijn. **Bereiding:** Inhoud Roer in 1400 ml kokend water en laat het staan ongeveer 8 minuten.

Allergenen: glutenhoudend, selderij

(DK) Mexicaanse quinoa

Ingredienser: tomatsovs, quinoa 15%, quinoa rød 15%, kidneybønner, krydderblanding (indeholder **selleri**), kartofler, tomater, paprika, majs, porrer, **selleri**, sukker, spidskommen. **Tilberedelse:** Rør indholdet op i 1400 ml kogende vand og lad det stå og trække i ca. 8 min. **Allergener: gluten, selleri**

(FI) Kvinoaa meksikolaisittain

Ainekset: tomaattikastike, kvinoaa 15%, punaista kvinoaa 15%, kidneypapuja, makuainesekoitus (sisältää **selleriä**), peruna, tomaatti, paprika, maissi, purjo, **selleri**, sokeri, kumina. **Valmistus:** Sekoita sisältö kiehuvaan kuumaan veteen (1400 ml) ja anna hautua n. 8 minuuttia. **Allergeenit: gluteenipitoinen, selleri**

(NO) Meksikansk quinoa

Ingredienser: tomat saus, quinoa 15%, quinoa rød 15%, kidneybønner, krydderblanding (inneholder **selleri**), poteter, tomater, paprika, mais, purreløk, **selleri**, sukker, spisskummen. **Tilberedning:** Bland innholdet med 1400 ml kokende vann og la trekke i ca. 8 minutter. **Allergener: inneholder gluten, selleri**

(SE) Mexikansk quinoa

Ingredienser: tomatås, quinoa 15 %, röd quinoa 15 %, kidneybönor, smakmedelblandning (innehåller **selleri**), potatis, tomat, paprika, majs, purjolök, **selleri**, socker, kummin. **Tillagning:** Rör ner innehållet i 1400 ml kokande vatten och låt efterdra ca. 8 minuter. **Allergener: innehåller gluten, selleri**

**15 YEARS
SHELFLIFE**

**EMERGENCY FOOD
BY TREK'N EAT**

Nettofüllgewicht/Net filling weight/Poids net/Peso netto del ripieno/ Netto-vulgewicht/Peso neto de llenado/ Nettovægt/Nettotäyttöpaino/Netto fyllvekt/Fyllnadsvikt netto 600 g

Wasserzugabe/Added water/Eau ajoutée/Aggiunta d'acqua/ Toegevoegd water/Agua a agregar/ Vandtilsætning/Lisättävä vesimäärä/Vanntillegg/ Vattentillsats 1400 ml

Fertige Menge/Ready quantity/Poids total/Quantità preparata/ Totaalgewicht/Cantidad cocinada/ Færdig mængde/Valmis annos/ Ferdig mengde/Färdig kvantitet 2000 g

Dose ergibt/ Can provides/ Le pack fournit l'équivalent de/ Il pacchetto fornisce/ Pakket biedt/ El paquete proporciona/ Pakken giver/ Paketti tarjoaa/ Pakken gir/ Paketet tilhandahåller 5 portions à 400 g

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g Trockenprodukt/Average nutritional values per 100 g dried product/Valeur nutritive moyenne pour 100 g de produit sec/Potere nutritivo medio per 100 g prodotto a secco/ Gemiddelde voedingswaarde per 100 g gedroogd product/Valor nutritivo medio por cada 100 g producto en polvo/ Gennemsnitlig næringsværdi pr. 100 g Torrprodukt/Annoksen keskimääräinen ravintosisältö per 100 g kuivatute/Gjennomsnittlig næringsverdi pro 100 g tørrprodukt/Genomsnittligt näringsvärde per 100 g Torrprodukt:

KJ/kcal 1320/315

Fett/Fat/Lipides/Grasso/ Vetten/Grasa/Fedstof/Rasvaa/Fett 13,9 g
- davon gesättigte Fettsäuren/of which saturated fatty acids/ dont acides gras /di cui acidi grassi saturi/ waarvan verzadigde vetzuren/de los cuales ácidos grasos saturados/ deraf mættede fedtsyrer/tästä tyydyttyneitä rasvahappoja/ derav mættede fettsyrer/därav mättade fettsyrer 0,5 g

Kohlenhydrate/Carbohydrates/Glucides/Carboidrati/ Koolhydraten/Hidrato de carbono/ Kulhydrat/Hiilihydraatteja/karbohydrater/Kolhydrat 51,1 g
- davon Zucker/of which sugar/dont sucres/di cui: zuccheri/ waarvan suikers/de los cuales azúcares/ heraf sukkerarter/josta sokereita/hvorav sukkerarter/varav sockerarter 16,7 g

Ballaststoffe/Fibre/Fibres alimentaires/Fibra/ Vezels/Fibra/ Kostfibre/Ravintokuitu/Kostfiber/Fiber 4,0 g

Eiweiss/Protein/Protéines/Proteina/Eiwitten/Proteína/ Protein/Valkuaista/protein/Protein 13,3 g

Salz/Salt/Sel/Sale/Zout/Sal/Salt/Suola 5,3 g

Mindesthaltbarkeit/ Expire date/ Date d'expiration/ Data di scadenza/ Vervaldatum/ Fecha de caducidad/ Udløbsdato/ Viimeinen käyttöpäivä/ Utløpsdato/ Utgångsdatum:

15 Jahre/years/ans/anni/ jaren/ años/ flere år/vuotta/ år

Die angeführten Füllmengen und Kalorienanzahl kann sich je nach Charge geringfügig ändern./ The stated quantities and calories number may change slightly depending on the lot./ Les quantités et le nombre de calories indiqués peuvent légèrement changer en fonction du lot./ Le quantità indicate e il numero di calorie possono variare leggermente a seconda del lotto./ De vermelde hoeveelheden en het aantal calorieën kunnen enigszins variëren, afhankelijk van de partij./ Las cantidades indicadas y el número de calorías pueden cambiar ligeramente según el lote./ De angivne mængder og kalorier kan variere lidt afhængigt af partiet./ Ilmoitetut määrät ja kaloreiden määrä voivat muuttua hieman erästä riippuen./ De angitte mængdene og antall kalorier kan endres noe avhengig av partiet./ De angivna kvantiteterna och kalorierna kan variera något beroende på partiet.