

Healing Kitchari

Nutrition Facts Valeur nutritive

Per Serving (566 g)
pour 1 (566 g)

Calories 820	% Daily Value*
	% valeur quotidienne*
Fat / Lipides 24 g	32 %
Saturated / saturés 4.0 g	20 %
+ Trans / trans 0 g	
Carbohydrate / Glucides 129 g	
Fibre / Fibres 27 g	96 %
Sugars / Sucres 11 g	11 %
Protein / Protéines 27 g	
Cholesterol / Cholestérol 0 mg	0 %
Sodium 130 mg	6 %
Potassium 1450 mg	31 %
Calcium 150 mg	12 %
Iron / Fer 8 mg	44 %

*5% or less is **a little** 15% or more is **a lot**

*5% ou moins c'est **peu** 15% ou plus c'est **beaucoup**

Ingredients: Cauliflower, Brown Rice, Lentils, Carrots, Coconut Yogurt Plain, Lime Juice, Shallots, Olive Oil, Cilantro, Cumin, Mustard Seed, Fennel, Coriander, Turmeric, Ground Ginger *WE DO NOT RECOMMEND ORDERING CRISPER KITS IF YOU HAVE A SERIOUS FOOD ALLERGY.

Ingrédients: Chou-fleur, Riz brun, Lentilles, Carottes, Yaourt à la noix de coco nature, Jus de citron vert, Échalotes, Huile d'olive, Coriandre, Cumin, Graine de moutarde, Fenouil, Coriandre, Curcuma, Gingembre moulu *ON NE RECOMMANDE PAS UTILISER CRISPER KITS SI VOUS AVEZ UNE ALLERGIE GRAVE.