

## VERY BERRY

### Hummus met bosvruchten

**Ingrediënten:** Kikkererwten (49%), bosvruchten in wisselende verhoudingen (19%) (bosbessen, bramen, frambozenpuree, aardbeien, rode bes), plantaardige oliën (raap-, extra vergine olijfolie), suiker, water, **sesam**zaadpasta, gemodificeerd maïzetmeel, limoenconcentraat, glutenvrije **tarwe**vezel, zout, bramensapconcentraat, conserveermiddelen: E202, E211, voedingszuur: melkzuur, geleermiddel: E406, natuurlijke aroma's.

#### Voedingswaarden in gram (per 100g):

Energie(kJ)	930
Energie (kcal)	224
Vetten	16,8
- verzadigde vetzuren	1,6
- enkelvoudig onverzadigde vetzuren	10,8
- meervoudig onverzadigde vetzuren	4,4
Koolhydraten	13,3
- suikers	7,2
Vezels	4,2
Eiwit	2,8
Zout	0,90



Gekoeld bewaren:  
1-7 °C

**ALERGEEN CHECK**  
Dit product bevat de volgende allergenen:  
sesam en tarwe.  
Kan sporen bevatten van: noten, pinda's.

  
**Humminess**

Smilde Foods BV  
Postbus 200  
8440 AE Heerenveen  
Nederland  
www.humminess.com

## CHEERY AVOCADO

### Hummus met avocado en knoflook

**Ingrediënten:** avocado (29%), **sojabonen** (23%), kikkererwten (23%), plantaardige oliën (extra vergine olijf-, raapolie), water, **sesam**zaad, limoenconcentraat, knoflook (0,4%), zout, witte peper, conserveermiddelen: E202, E211, voedingszuur: melkzuur.

#### Voedingswaarden in gram (per 100g):

Energie(kJ)	1034
Energie (kcal)	250
Vetten	22,0
- verzadigde vetzuren	2,9
- enkelvoudig onverzadigde vetzuren	14,4
- meervoudig onverzadigde vetzuren	4,7
Koolhydraten	6,7
- suikers	0,7
Vezels	1,7
Eiwit	5,3
Zout	0,79



Gekoeld bewaren:  
1-7 °C

**ALERGEEN CHECK**  
Dit product bevat de volgende allergenen:  
soja en sesam.  
Kan sporen bevatten van: noten, pinda's.

  
**Humminess**

Smilde Foods BV  
Postbus 200  
8440 AE Heerenveen  
Nederland  
www.humminess.com

## LOVELY CURRY

### Hummus met kerrie

**Ingrediënten:** Kikkererwten (50%), raapolie, water, **sesam**zaad, limoenconcentraat, knoflook, zout, glutenvrije **tarwe**vezel, suiker, wortelextract, specerijen (**mosterd**, **selderij**), uienpoeder, conserveermiddelen: E202, E211, verdikkingsmiddel: xanthaangom, voedingszuur: melkzuur.

#### Voedingswaarden in gram (per 100g):

Energie(kJ)	1238
Energie (kcal)	300
Vetten	27,2
- verzadigde vetzuren	2,3
- enkelvoudig onverzadigde vetzuren	15,6
- meervoudig onverzadigde vetzuren	9,3
Koolhydraten	7,1
- suikers	1,6
Vezels	4,3
Eiwit	4,5
Zout	1,20



Gekoeld bewaren:  
1-7 °C

**ALERGEEN CHECK**  
Dit product bevat de volgende allergenen:  
sesam, tarwe, mosterd en selderij.  
Kan sporen bevatten van: noten, pinda's.

  
**Humminess**

Smilde Foods BV  
Postbus 200  
8440 AE Heerenveen  
Nederland  
www.humminess.com

## LUCKY STRAWBERRY

### Hummus met aardbei

**Ingrediënten:** Kikkererwten (45%), aardbeien (17%), plantaardige oliën (raap-, extra vergine olijfolie), rode bieten, suiker, water, **sesam**zaad, gemodificeerd maïzetmeel, limoenconcentraat, glutenvrije **tarwe**vezel, zout, aardbeien-sapconcentraat, azijn, conserveermiddelen: E202, E211, verdikkingsmiddel: xanthaangom, kleurstoffen: E120, bètacaroteen, voedingszuur: melkzuur, natuurlijke aroma's, geleermiddel: E406.

#### Voedingswaarden in gram (per 100g):

Energie(kJ)	844
Energie (kcal)	203
Vetten	15,2
- verzadigde vetzuren	1,4
- enkelvoudig onverzadigde vetzuren	9,8
- meervoudig onverzadigde vetzuren	4,0
Koolhydraten	12,1
- suikers	6,7
Vezels	3,8
Eiwit	2,6
Zout	0,89



Gekoeld bewaren:  
1-7 °C

**ALERGEEN CHECK**  
Dit product bevat de volgende allergenen:  
sesam en tarwe.  
Kan sporen bevatten van: noten, pinda's.

  
**Humminess**

Smilde Foods BV  
Postbus 200  
8440 AE Heerenveen  
Nederland  
www.humminess.com

## PRETTY PUMPKIN

### Hummus met pompoen

**Ingrediënten:** Kikkererwten (42%), pompoen (24%), wortel, plantaardige oliën (raap-, palmolie), **sesam**zaad, limoenconcentraat, suiker, **amandelen**, zout, glutenvrije **tarwe**vezel, water, ui, conserveermiddelen: E202, E211, voedingszuur: melkzuur, wortelextract, curcuma, **tarwe**bloem.

#### Voedingswaarden in gram (per 100g):

Energie(kJ)	813
Energie (kcal)	196
Vetten	14,3
- verzadigde vetzuren	1,2
- enkelvoudig onverzadigde vetzuren	8,3
- meervoudig onverzadigde vetzuren	4,8
Koolhydraten	11,8
- suikers	7,4
Vezels	3,4
Eiwit	3,2
Zout	0,85



Gekoeld bewaren:  
1-7 °C

**ALERGEEN CHECK**  
Dit product bevat de volgende allergenen:  
sesam, noten, en tarwe.  
Kan sporen bevatten van: noten, pinda's.

  
**Humminess**

Smilde Foods BV  
Postbus 200  
8440 AE Heerenveen  
Nederland  
www.humminess.com

## SUNNY PEPPER

### Hummus met pikante pepers

**Ingrediënten:** Kikkererwten (55%), plantaardige oliën (raap-, palm-), **sesam**zaad, pittige peper Peppadew (6%), water, knoflook, tomatenpuree, suiker, azijn, rode peper (1%), zout, limoenconcentraat, ui, conserveermiddelen: E202, E211, specerijen, paprikapoeder, natuurlijke aroma's, rijstzetmeel, **tarwe**bloem.

#### Voedingswaarden in gram (per 100g):

Energie(kJ)	1162
Energie (kcal)	281
Vetten	24,3
- verzadigde vetzuren	2,3
- enkelvoudig onverzadigde vetzuren	13,6
- meervoudig onverzadigde vetzuren	8,4
Koolhydraten	8,5
- suikers	2,3
Vezels	3,7
Eiwit	5,2
Zout	0,92



Gekoeld bewaren:  
1-7 °C

**ALERGEEN CHECK**  
Dit product bevat de volgende allergenen:  
sesam en tarwe.  
Kan sporen bevatten van: noten, pinda's.

  
**Humminess**

Smilde Foods BV  
Postbus 200  
8440 AE Heerenveen  
Nederland  
www.humminess.com

## HAPPY HUMMUS

### Hummus naturel

**Ingrediënten:** Kikkererwten (50%), raapolie, water, **sesam**zaad, knoflook (1,5%), limoenconcentraat, zout, glutenvrije **tarwe**vezel, conserveermiddelen: E202, E211, suiker, verdikkingsmiddel: xanthaangom, voedingszuur: melkzuur, witte peper.

#### Voedingswaarden in gram (per 100g):

Energie(kJ)	1242
Energie (kcal)	301
Vetten	27,7
- verzadigde vetzuren	2,3
- enkelvoudig onverzadigde vetzuren	15,9
- meervoudig onverzadigde vetzuren	9,5
Koolhydraten	6,0
- suikers	0,5
Vezels	4,3
Eiwit	4,7
Zout	1,20



Gekoeld bewaren:  
1-7 °C

**ALERGEEN CHECK**  
Dit product bevat de volgende allergenen:  
sesam, en tarwe.  
Kan sporen bevatten van: noten, pinda's.

  
**Humminess**

Smilde Foods BV  
Postbus 200  
8440 AE Heerenveen  
Nederland  
www.humminess.com