

**Χούμους | Hummus**

με ταχίνι και χυμό λεμονιού

Το απόλυτο ορεκτικό με ανατολίτικη καταγωγή!  
Το χούμους «οι γουμένισσες» παρασκευάζεται με ελληνικά ρεβίθι, ταχίνι και χυμό λεμονιού για να το απολαύσετε πάνω σε ψωμί, tortίγια ή αραβική πίτα, συνοδεύστε το με ψητά κρεατικά ή σαν ντρέσινγκ, προσθέτοντας ελαιόλαδο, πάνω σε σαλάτες.

with Tahini & Lemon Juice

The tastiest appetizer with a Middle Eastern origin! The hummus «Goumenisses» is made with Greek chickpeas, tahini and lemon juice, so you can enjoy it's amazing taste on bread, tortilla, or flat bread.

**Ενέργεια | Energy:** 1351 kJ | 326 kca

**Λιπαρά | Fat:** 25,9 g

**εκ των οποίων Κορεσμένα | of which** 3,6 g

**Saturates:**

**Υδατάνθρακες | Carbohydrates:** 15,4 g

**εκ των οποίων Σάκχαρα | of which Sugars:** 3,2 g

**Εδώδιμες Ίνες | Fiber:** 4,2 g

**Πρωτεΐνες | Protein:** 5,7 g

**Αλάτι | Salt:** 0,7 g

**Συστατικά:** Ρεβίθια 35%, παρθένο ελαιόλαδο, χυμός λεμονιού, ταχίνι, νερό, ζάχαρη, ξύσμα λεμονιού, αλάτι, πιπέρι, σκόρδο, ρυθμιστής οξύτητας: κιτρικό οξύ.

**Ingredients:** Chickpeas 35%, extra virgin olive oil, lemon juice, tahini, water, sugar, lemons zest, salt, pepper, garlic, Acidity regulator: citric acid

**Extras:** Αλλεργιογόνα: Ταχίνι • Contains: Tahini



## Γλυκόξινη Σάλτσα Ντομάτας | Sweet & Sour Tomato Sauce

### Με Βερίκοκα!

«οι γουμένισσες» δημιούργησαν αυτή τη γλυκόξινη σάλτσα ντομάτας με βερίκοκα. Συνδυάστε την με ρύζι, κοτόπουλο ή ψητά κρέατα ή συνοδέψτε ψητά λαχανικά.

We created this Sweet and Sour tomato sauce with apricots.

Combine it with rice, chicken or grilled meats or accompany grilled vegetables

**Ενέργεια | Energy:** 719 kJ | 170 kcal  
**Λιπαρά | Fat:**



## Sriracha | Sriracha

Η διάσημη σάλτσα σριράτσα (sriracha) δια χειρός γουμενισσών! Την γνωστή πικάντικη σάλτσα από την Ταϊλάνδη που φτιάχνεται από πάστα καυτερής πιπεριάς τσίλι στην παραδοσιακή της εκδοχή, εδώ θα την απολαύσετε με την γευστική πινελιά που βάζουν οι γουμένισσες με κόκκινες πικάντικες πιπεριές cherry. Η γεύση της είναι ιδιαίτερα πικάντικη, αφήνοντας και μια υποψία γλυκιάς επίγευσης, γι' αυτό και όσοι τη δοκιμάσουν δεν μπορούν να την αντικαταστήσουν.

The famous sriracha sauce now made by «Goumenissas»! The reknown spicy sauce from Thailand is traditionally made with hot chili pepper paste but our version is made with red spicy cherry peppers. This is spicy Sriracha has a sweet aftertaste, that will make you want more!

**Ενέργεια | Energy:** 625 kJ|147 kcal

**Λιπαρά | Fat:** 0,8 g

**ΕΚ ΤΩΝ ΟΠΟΙΩΝ Κορεσμένα | of which** 0,2 g

**Saturates:**

**Υδατάνθρακες | Carbohydrates:** 33 g

**ΕΚ ΤΩΝ ΟΠΟΙΩΝ Σάκχαρα | of which Sugars:** 29 g

**Εδώδιμες Ίνες | Fiber:** 0,2 g

**Πρωτεΐνες | Protein:** 1,7 g

**Αλάτι | Salt:** 1,04 g

**Συστατικά:**

Πολτός πιπεριάς cherry 35% [πιπεριές cherry (EE και εκτός EE), νερό, αλάτι, ζάχαρη, ξύδι, ρυθμιστής οξύτητας: κιτρικό οξύ, σκληρυντικός παράγοντας: χλωριούχο ασβέστιο], νερό, ζάχαρη, ξύδι, πολτός σκόρδου με ρίγανη 4% (σκόρδο, ηλιέλαιο, ρίγανη, αλάτι, ρυθμιστές οξύτητας: γαλακτικό οξύ, κιτρικό οξύ), εκχύλισμα μαγιάς, τροποποιημένο άμυλο καλαμποκιού, πυκνωτικό μέσο : κόμμι ξανθάνης, αρωματική ύλη, συντηρητικό: σορβικό κάλιο.

**Ingredients:**

Cherry pepper paste 35% [cherry peppers (EU and non-EU), water, salt, sugar, vinegar, acidity regulator: citric acid, firming agent: calcium chloride], water, sugar, vinegar, garlic paste with oregano 4% (garlic, sunflower oil, oregano, salt, acidity regulators: lactic acid, citric acid), yeast extract, modified corn starch, thickener: xanthan gum, flavouring, preservative: potassium sorbate.

**Extras:** Δεν περιέχει αλλεργιογόνα • Doesn't contain allergens