

Indisk dahl hertil æble/mynte raita

TILBEREDNING

Kold tilbehør: Raita

1. Forvarm ovnen til 180 C.
2. Prik hul i filmen.
3. Varm 20-25 min.

| | |
|------------------------------|-----------------|
| Næringsindhold per 100 gr. : | |
| Energi | 605kJ / 144kcal |
| Fedt | 8,0g |
| Heraf mættede fedtsyrer | 5,3g |
| Kulhydrat | 13g |
| Heraf sukkerarter | 4,2g |
| Protein | 4,2g |
| Salt | 0,75g |



INDEHOLDER

Kokosmælk, vand(25%), Tomat (70%),
Tomatjuice og surhedsregulerende middel:
citronsyre (E-330)(20%), **mælk** og **fløde**,
mælkeprotein, yoghurtkultur,
Hvedemel/hvetemel (med
calciumcarbonat/kalsiumkarbonat, jern,
niacin, tiamin), vand, rapsolie, sukker,
høvemidler (E450, E500, E341), salt,
gær, **yoghurtpulver**, kalorijfrø/ingellafrø,
konserveringsmiddel (E282), koriander,
fennikel., Linser, Vand, 60% æbler, vand,
sukker, modificeret majsstivelse,
citronkoncentrat, antioxidant: ascorbinsyre
(E300), konserveringsmiddel: kaliumsorbat
(E202), løg, Koncentreret grønsagsfond
67% (vand, gulerodssaft, løgsaft,
porrersaft), salt, gærekstrakt, sukker,
aroma, pastinak, modificeret stivelse,
fortykkingsmiddel (xanthangummi), syre
(citronsyre), hvidløg, solsikkeolie., Tomater,
salt., Kokosmælk, glukose sirup, emulgator:
kasein(mælk), stabilisator: E340ii, E471,
antiklumpningsmiddel: E551(1%), Rapsolie,
Koriander, spidskommen, peber,
muskatnød, ingefær, allehånde,
kardemomme, nelliker, laurbærblade,
krydderier., vand, hvidløg 18 %, salt,
sukker, maltodextrin, vegetabilsk olie
(palme), eddike, fibre fra citrusskal, aroma,
fortykkingsmiddel (xanthangummi)., Karry,

Opbevares på køl 5+ grader

2 PORTIONER - MANDAG