

Fish and "chips" med kartoffelbåde, coleslaw og a

TILBEREDNING

Kold tilbehør: broccolislaw og aoli

Fisk: på bageplade

Kartoffel: På bageplade.

Varm 20 - 25 min v 180°C.

Næringsindhold per 100 gr. :

Energi	787kJ / 187kcal
Fedt	12g
Heraf mættede fedtsyrer	0,8g
Kulhydrat	14g
Heraf sukkerarter	2,2g
Protein	5,2g
Salt	0,26g



INDEHOLDER

Kartoffel (91%), solsikkeolie (3%), modificeret stivelse, maltodextrin, majsme, risme, salt, stivelse, krydderier, løgpulver, hvidløgpulver, hævningsagenter (E450i, E500ii), gærsekstrakt, stabilisator (E415), krydderiekstrakter, Dekstrose, Benfri torsk (66%), knust cornflakes, ris- og majsme, palmeolie, vand, flødepulver (mælk), grøntsagsbouillon (indeholder selleri), citrusfibre, salt, hævemiddel E500, Broccoli, gulerødder, dressing (vand, rapsolie, sukker, eddike, pasteuriserede æggeblomme, salt, sennepsmel, stabilisatorer (E415, E412), konserveringsmiddel (E202), løg), løg, sennep (vand, sukker, eddike, majsstivelse (E1442), sennepsmel, hvedestivelse, salt, karry, mælkesyre (E270), gurkemejerod, natriumbenzoat (E211), kaliumsorbat (E202), ascorbinsyre (E300), Rapsolie, vand, hvidløg 7%, æggeblomme, mod. stivelse, salt, eddike, glukosesirup, emulgator polysorbat 60, krydderiekstrakter, stabilisator xanthan.

Opbevares på køl 5+ grader

Opvarmes altid til en temperatur på 75°C

-- TIRSDAG