

Falafler med bulgur, haydari og grønt

TILBEREDNING

Kold tilbehør: Haydari

Kog bulgur efter anvisning på pakken.

Kom grøntsager og falafler på en bageplade



Næringsindhold per 100 gr. :

Energi	969kJ / 231kcal
Fedt	11g
Heraf mættede fedtsyrer	2,9g
Kulhydrat	23g
Heraf sukkerarter	2,5g
Protein	7,6g
Salt	1,2g

INDEHOLDER

Kogte kikærter (54% (kikærter 50% vand), vand, løg, rasp (hvædemiddel, melbehandlingsmiddel (ascorbinsyre), vand, jodberiget salt, tærgær), majsstivelse, salt, hvidløgspulver, persille, stærk paprika, spidskommen. Stegt i koldpresset rapsolie. **Økologisk ingrediens.**
Bulgur(23%), pasteuriseret mælk, salt, mÆlkesyre(kulturer, mikrobiel lebe og palmeolie(12%), Rød peberfrugt(8,2%), Aubergine(8,9%), sukker, solsikkeolie, hvidløg, spriteddike, salt og konserveringsmidler: (E211) & (E202), mælk og fløde, **mælkeprotein, yoghurtkultur (5%), Sojabønner**, broccoli, Grønne bønner, Vegetabilsk olie/raps (delvis hærdet), salt, 6,8% hvidløg, urter (persille, rosmarin, 0,2% oregano), grøn paprika, krydderikstrakter (oleoresiner(muskatblomme, muskatnød, peber, koriander), Ærter, porrer(3%), løg, Rapsolie, Bredbladet persille, Salt, vand, hvidløg 18 %, salt, sukker, maltodextrin, vegetabilsk olie (palme), eddike, fibre fra citrusskal, aroma, fortykningsmiddel (xanthangummi), Peber, sort, Chilli/lager

Opbevares på køl 5+ grader

-- MANDAG