

Torskenuggets med kartofler, urtedressing og grø

TILBEREDNING

Koldt tilbehør: Urtedressing

Kom nuggets på en bageplade.

Kartofler og grønt: prik hul i filmen

Varm retten i ovnen i 20-25 min. ved

Næringsindhold per 100 gr. :

Energi	536kJ / 128kcal
Fedt	6,7g
Heraf mættede fedtsyrer	3,5g
Kulhydrat	10g
Heraf sukkerarter	1,8g
Protein	6,1g
Salt	0,41g



INDEHOLDER

kartofler, vand, salt, calciumchlorid., **Torskefilet (70%)**(Gadus Morhua), rasp (**hvedemel**), hvedemel, palmeolie, vand, citrusfibre, salt, krydder(**sennep**), hævemiddel: E500, **skummetmælk** og **fløde**, syrningskultur(24%), Ærter, **Sojabønner**, broccoli, Grønne bønner, porrer(3%), Dild, løg, Bredbladet persille, Citronsaft, Salt, Peber, sort

Opbevares på køl 5+ grader

-- MANDAG