

Kyllingspyd m. majssalat, ris og chutney

TILBEREDNING

Koldt tilbehør: majssalat og chutney

Ris: følg anvisningen på pakken.

Kom spyd på en bageplade og varm i ovnen i 20-25 min. ved 180°C

Næringsindhold per 100 gr. :

Energi	927kJ / 221kcal
Fedt	8,1g
Heraf mættede fedtsyrer	1,8g
Kulhydrat	28g
Heraf sukkerarter	5,1g
Protein	9,1g
Salt	1,0g



INDEHOLDER

93% kyllingelårkød, 13 g marinade (sukker, sojasaucepulver (sojasauce (sojabønner, hvede, salt), maltodextrin (majs)), salt, gærsekstrakt, modificeret tapiokastivelse, farvestoffer (E150a, E160c), maltodextrin (tapioka), hvedemel, fortykningsmiddel (E415), ingefær, surhedsregulerende middel (E330), kyllingeskind, hærdet palmeolie, modificeret tapiokastivelse, dextrose, salt, sukker, gærsekstrakt, 100% Ris Basmati, majs, ananas (33%), vand, grillet rød peber (13%), sukker, ananasjuice fra koncentrat (10%), hvid balsamico eddike, fortykningsmiddel, modificeret majsstivelse, salt, karry, konserveringsmiddel: kaliumsorbat, chili og antioxidant: svovldioxid, fremstillet af 57 g frugt/grønt pr. 100 g, samlet sukker 18 g pr. 100 g, Hass Avocado (97%), vand, salt, antioxidant (ascorbinsyre E300), surhedsregulerende middel (citronsyre E330), grillet rød og gul peberfrugt, solsikkeolie, Lime saft fra koncentrat, konserveringsmiddel: (E223, indeholder sulfitter), Rapsolie, vand, maltodextrin, vegetabilisk olie (palm), cayennepeber 7 %, salt, eddike, sukker, fibre fra citrusskal, roget chilipulver (chipotle) 3 %, fortykningsmiddel (xanthangummi), ingefær, Salt

Opbevares på køl 5+ grader

-- MANDAG