

Samosa hertil bulgur pilavi og blomkål

TILBEREDNING

Se anvisningen på bulgur.

1. Kom samosa på bageplade
2. Prik hul i filmen på blomkål/sauce
3. Varmes 14-25 ved 180°C. - vend

Næringsindhold per 100 gr. :

Energi	709kJ / 169kcal
Fedt	7,4g
Heraf mættede fedtsyrer	0,6g
Kulhydrat	20g
Heraf sukkerarter	3,4g
Protein	4,2g
Salt	0,39g



INDEHOLDER

Hvedemel, kartofler, vand, løg, gulerødder, ærter, rapsolie, majsmeel, krydderblanding (krydderier, salt, **sortkommen**), sukker, tomatpuré, methylcellulose, salt, citronsaftkoncentrat, risstivelse, koriander, blomkål, **Bulgur**, Rødløg, Tomater, salt (9%), Rapsolie, 49% grønsagsbouillon (afkog af: vand, grønsager (løg, gulerod, porre, **selleri**, fennikel), timian, løvstikke, sort peber, laurbærblad, salt), 19% rehydreret grønsagspulver (løg, pastinak, persillerod, gulerod, porre, champignon, tomat, hvidløg), salt, sukker, aroma, modificeret stivelse, eddike, persilleekstrakt, stabilisator (xanthangummi), Hvidløgpulver, honing, Peber, sort, Salt

Opbevares på køl 5+ grader

-- TIRSDAG