

Vikingegrøde hertil brune ris og grønt

TILBEREDNING

Varmes 20-25 min

1. Forvarm ovnen til 180°C.
2. Prik huller i filmen.
3. Varmes 20-25 min

Næringsindhold per 100 gr. :

Energi	640kJ / 152kcal
Fedt	4,4g
Heraf mættede fedtsyrer	1,6g
Kulhydrat	20g
Heraf sukkerarter	1,2g
Protein	7,2g
Salt	0,63g



INDEHOLDER

Haricot verts, voksbønner 25 %, paprika, broccoli.
Grøntsagerne er blancherede. Broccoli'en har en beskyttende vandglasering. **forkogte** brune ris, skinkekulump(13%), Champignon, Svinekød (min. 63%), vand, kartoffelstivelse, **sojaprotein**, salt, ærternel, løg, spæk, svær, stabilisator (E 451), krydderi- og urteekstrakter, krydderier, druesukker, glukosesirup, hydrolyseret majs- og **sojaprotein**, sukker, surhedsregulerende middel (E 331), antioxidant (E 301, E300), konserveringsmiddel (E 250), tannetarm, svinetarm eller proteintarm.(7%), Tomat (70%).
Tomatjuice og surhedsregulerende middel: citronsyre (E-330)(6%), Vand, Svinekød (94%), salt, vand, dextrose, sukker, eddike, konserveringsmidler (E252, E250), antioxidant (E301), stabilisatorer (E451, E452), gærrestrakt, røg (4%), 1/4 liter **letmælk** 1,5% fedt,(3%), løg, Tomater, salt,(2%), **fløde**; emulgator: E471; stabilisator: Karagen, Homogeniseret (2%), Majsstivelse, 67% kyllingefond (vand, koncentreret kyllingefond, kyllingeeekstraktpulver, salt), salt, aroma, sukker, modificeret stivelse, løg, eddike, krydderi, stabilisator (xanthangummi), vand, hvidløg 18 %, salt, sukker, maltodextrin, vegetabilisk olie (palme), eddike, fibre fra citrusskal, aroma, fortykningsmiddel (xanthangummi).
Paprika., rød peberfrugt 54 %, maltodextrin, salt, eddike, vegetabilisk olie (palme), sukker, krydderier (paprika og cayennepæber), fibre fra citrusskal, citronsaftkoncentrat, rødbedepulver, fortykningsmiddel (xanthangummi), vand, maltodextrin, vegetabilisk olie (palme), cayennepæber 7 %, salt, eddike, sukker, fibre fra citrusskal, røget chilipulver (chipotle) 3 %, fortykningsmiddel (xanthangummi), Timian, Salt.
Paprika

Opbevares på køl 5+ grader

Opvarmes altid til en temperatur på 75°C

-- MANDAG