

Fiskefrikadeller med marineret kold kartoffelsalat

TILBEREDNING

Kom fiskedellerne på en bageplade.

Varm i ovnen i 20-25 min. ved 180°C

Vend de kolde kartofler, salat og fyld sammen.

Næringsindhold per 100 gr. :

Energi	460kJ / 109kcal
Fedt	4,2g
Heraf mættede fedtsyrer	1,7g
Kulhydrat	11g
Heraf sukkerarter	1,1g
Protein	6,6g
Salt	1,2g



INDEHOLDER

kartofler, vand, salt, calciumchlorid., 66 %
fiskekød, vand, rasp (**hvedemel**, salt tilsat
iod, tørgær), løg, kartoffelstivelse,
hvedemel, rapsolie, **mælkeerstatning**
(**vallepulver (mælk)**, solsikkeolie,
glukosesirup, **mælkeprotein**,
antikumpringsmiddel (e551), stabilisator
(e340)), salt, krydderier., **Mælk**, salt,
mælkesyrekultur, osteløbet(12%),
Forårsløg, Grønne bønner, Spinatblade,
rucola, rød mangold, Dild, Vand, Rapsolie,
fransk hvidvinseddike, konserveringsmiddel:
natriumdisulfid (e-224), inderholder
sulfitter., Salt

Opbevares på køl 5+ grader

-- TIRSDAG