

# Kalkunfilet hertil Ratatoulle og bulgur

## TILBEREDNING

Bulgur: Se anvisningen på pakken

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

Næringsindhold per 100 gr. :

Energi	578kJ / 138kcal
Fedt	2,8g
Heraf mættede fedtsyrer	0,6g
Kulhydrat	16g
Heraf sukkerarter	3,1g
Protein	10g
Salt	0,42g



## INDEHOLDER

Kalkunbryst, krydret, stegt (92%), vand, majsstivelse, maltodextrin, salt, dextrose (af **hvede**), glukosesirup, krydderiekstrakt, urter. Marinade (vand, rapsolie, krydderier, balsamicoeddike (vineddike, druemost koncentreret), løg, **senep** (vand, **senepsfro**, eddike, salt, sukker, krydderier), sukker, urter, stivelse, dextrose, glukosesirup, krydderiekstrakt, fortykningsmiddel: guar gummi (33%), **Bulgur**, tomater i tern ca. 38%, courgetter i tern ca. 20%, auberginer i tern ca. 20%, løg i skiver ca. 10%, rød peber i strimler ca. 6%, grøn peber i strimler ca. 6%, Tomat (70%), Tomatjuice og surhedsregulerende middel: citronsyre (E-330), grillet rød og gul peberfrugt, solsikkeolie, Rødløg(2%), 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), vand, hvidløg 18 %, salt, sukker, maltodextrin, vegetabilsk olie (palme), eddike, fibre fra citrusskal, aroma, fortykningsmiddel (xanthangummi), Sukker, Vineddike (indeholder **sulfit**),

Opbevares på køl 5+ grader

Opvarmes altid til en temperatur på 75°C

-- MANDAG