

Indisk dahl hertil æble/mynte raita

TILBEREDNING

Kold tilbehør: Raita

1. Forvarm ovnen til 180 C.
2. Prik hul i filmen.
3. Varm 20-25 min.

Næringsindhold per 100 gr. :

Energi	585kJ / 139kcal
Fedt	7,5g
Heraf mættede fedtsyrer	4,9g
Kulhydrat	13g
Heraf sukkerarter	4,4g
Protein	4,1g
Salt	0,80g



INDEHOLDER

Kokosmælk, vand(25%), Tomat (70%),
Tomatjuice og surhedsregulerende middel:
citronsyre (E-330)(20%), **mælk** og **fløde**,
mælkeprotein, **yoghurtkultur**, **hvedemel**
(med kalciumcarbonat, jern, niacin,
thiamin), vand, rapsolie, gær, eddike,
hævemiddel (diphosphater,
natriumcarbonater, calciumphosphater),
svartfæ, salt, fennikel, **mælkepulver**,
konserveringsmiddel (calciumpropionat),
nigellafrø., Linser, Vand, 60% æbler, vand,
sukker, modificeret majsstivelse,
citronkoncentrat, antioxidant: ascorbinsyre
(E300), konserveringsmiddel: kaliumsorbat
(E202) ., løg, 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) ., Tomater, salt ., Rapsolie,
Koriander, spidskommen, peber,
muskatnød, ingefær, allehånde,
kardemomme, nelliker, laurbærblade,
krydderier ., vand, hvidløg 18 % , salt,
sukker, maltodextrin, vegetabilsk olie
(palme), eddike, fibre fra citrusskal, aroma,
fortykkingsmiddel (xanthangummi) ., Karry,

Opbevares på køl 5+ grader

-- TIRSDAG