

Lammekødboller på spyd hertil varm bulgarsalat c

TILBEREDNING

Kold tilbehør: tzatziki

Kød: Kom lam og tomat på spyd, - grilles eller varmes i ovn.
Kog bulgur efter anvisning på pakken

Næringsindhold per 100 gr. :

Energi	778kJ / 185kcal
Fedt	8,7g
Heraf mættede fedtsyrer	2,5g
Kulhydrat	18g
Heraf sukkerarter	2,6g
Protein	7,5g
Salt	0,84g



INDEHOLDER

Lammekød/kalvekød, **mælk**, løg, vand, **æggehvide**, rasp (**hvedemel**, salt), **hvedemel**, kartoffelmel, kartoffelflager, salt, gærekstrakt, krydderier, **Bulgur**, **mælk** og **fløde**, **mælkeprotein**, **yoghurtkultur**, Cherrytomat(8%), Rødløg, Tomater, salt (4%), Gulerod, broccoli, Rapsolie, courgetter i tern, vand, **hvidløg** 18 %, salt, sukker, maltodextrin, vegetabilisk olie (palme), eddike, fibre fra citrusskal, aroma, fortykningsmiddel (xanthangummi), 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), Grillspyd, eddike, salt, aroma, Hvidløgpulver, Dild, Salt, honing, Peber, sort

Opbevares på køl 5+ grader

Opvarmes altid til kerntemperatur 75 grader

-- TIRSDAG