

Fuldkornsburger med sprød fisk, salat, dildressis

TILBEREDNING

Kold tilbehør: salat, dressing og gulerød

Kom fisk og kartofler på en bageplade.

Varm retten i ovnen i 20-25 min. ved 180°C

Næringsindhold per 100 gr. :

Energi	805kJ / 192kcal
Fedt	7,5g
Heraf mættede fedtsyrer	1,4g
Kulhydrat	23g
Heraf sukkerarter	2,7g
Protein	6,7g
Salt	0,41g



INDEHOLDER

Kartofler (97%), solsikke olie (3%), **Torsk** (Gadus morhua) (60%), rasp(indeholder **gluten**), vand, solsikkeolie, **hvedemel**, kartoffelflager, salt, løgpulver, hvid peber., 37% **fuldkornshvedemel**, **hvedemel**, 10%

havregryn, vand, 4% **sesamfrø**, gær, sukker, vegetabilisk margarine [palmeolie, rapsolie, vand, kokosolie, emulgator (mono- og diglycerider af fedtsyrer), surhedsregulerende middel (citronsyre), naturlig aroma], **hvedegluten**, **vallepulver** (**mælk**), salt, **byg**malt, hævemidler [diphosphater, natriumkarbonater (**hvede**)], emulgator (mono- og diacetylvinylsyrestere af mono- og diglycerider af fedtsyrer), stabilisator (guarummi), melbehandlingsmiddel (ascorbinsyre)Kan indeholde spor af æg, soja og **VALNØDDER**, (18%), Iceberg salat, Frisé salat, Radicchio salat, **skummetmælk** og **fløde**, syrningskultur(5%), 80% Rapsolie, vand, 2% pasteuriserende 'æggeblommer, eddike salt, **sennepsmel**, fortykningsmiddel (E412), konserveringsmiddel (E202), pH under 4,5., Gulerod, Citronsaft, Sukker, eddike, salt, aroma., **sødmælk**, **yoghurtkultur**(1%), Purteg, Bredbladet persille, ingefær, Løgpulver, Hvidløgpulver, Salt, Hvid peber.

Opbevares på køl 5+ grader

-- SØNDAG