

Fish and "chips" med kartoffelbåde, broccolislaw

TILBEREDNING

Kold tilbehør: broccolislaw og aoli

Fisk: på bageplade

Kartoffel: På bageplade.

Varm 20 - 25 min v 180°C.

Næringsindhold per 100 gr. :

Energi	812kJ / 193kcal
Fedt	13g
Heraf mættede fedtsyrer	0,9g
Kulhydrat	13g
Heraf sukkerarter	2,3g
Protein	5,4g
Salt	0,27g



INDEHOLDER

Kartoffel (91%), solsikkeolie (3%), modificeret stivelse, maltodextrin, majsme, risme, salt, stivelse, krydderier, løgpulver, hvidløgpulver, hævningsmidler (E450i, E500ii), gørestrekt, stabilisator (E415), krydderiekstrakter, Dekstrose, Benfri torsk (66%), knust cornflakes, ris- og majsme, palmeolie, vand, flødepulver (mælk), grøntsagsbouillon (indeholder selleri), citrusfibre, salt, hævemiddel E500, Broccoli, gulerødder, dressing (vand, rapsolie, sukker, eddike, pasteuriserede æggeblomme, salt, sennepsmel, stabilisatorer (E415, E412), konserveringsmiddel (E202), løg), løg, sennep (vand, sukker, eddike, majsstivelse (E1442), sennepsmel, hvedestivelse, salt, karry, mælkesyre (E270), gurkemejerod, natriumbenzoat (E211), kaliumsorbat (E202), ascorbinsyre (E300), 70% rapsolie, vand, 6% pasteuriserende æggeblommer, 5,5% hvidløg, estragoneddike, salt, sennepsmel, naturlig aroma, stabilisatorer (E412, E415), surhedsregulerende middel (E270), konserveringsmiddel (E202), antioxidant (E385).

Opbevares på køl 5+ grader

Opvarmes altid til en temperatur på 75°C

-- SØNDAG