

Kalkunfrikadeller med gule ris og bagte grøntsage

TILBEREDNING

Kog ris efter anvisning på pakken.

Kom frikadeller på en bageplade.

Prik hul i filmen og varm retten i ovnen i 25-30 min. ved 180°C.

Næringsindhold per 100 gr. :

Energi	795kJ / 189kcal
Fedt	4,2g
Heraf mættede fedtsyrer	0,8g
Kulhydrat	28g
Heraf sukkerarter	1,9g
Protein	9,2g
Salt	0,84g



INDEHOLDER

Kalkunkød, **hvedemel**, Løg, Stivelse, Salt, **valle** protein koncentrat pulver, Mod.stivelse E1414, paprika, peber, ramsløg,(40%), Gule gulerødder, squash, aubergine, rød peber, løg, raps- og solsikkeolie,(29%), 100% Ris Basmati, Gurkemeje, **Mandler**(1%), salt, 21,3 % grønsagspulver (pastinak, persillerod, løg, gulerod, champignon, porre, tomat, hvidløg), maltodextrin, naturlig aroma, sukker, stivelse, rapsolie, stabilisator (guargummi), antioxidant (rosmarinekstrakt), Hvidløgspulver

Opbevares på køl 5+ grader

2 PORTIONER - MANDAG