

# Mongolian beef med basmatiris og wok grønt

## TILBEREDNING

Kog risen efter anvisning på pakken.

Prik hul i filmen og varm retten i ovnen i 20-25 min. ved 180°C

Næringsindhold per 100 gr. :

Energi	581kJ / 138kcal
Fedt	0,7g
Heraf mættede fedtsyrer	0,2g
Kulhydrat	24g
Heraf sukkerarter	6,0g
Protein	7,9g
Salt	1,0g



## INDEHOLDER

Gulerødder, løg, **selleri**, gul peberfrugt, rød peberfrugt, 9% bænespirer, 7% sukkerarter, 6% skyøresvampe, 6% baby-majs, 100% Ris Basmati, Kålvækødt, Vand, Vand, **sojabønner**, **hvede**, salt, Sukker, Rødløg(4%), vand, hvidløg 18 %, salt, sukker, maltodextrin, vegetabilisk olie (palme), eddike, fibre fra citrusskal, aroma, fortykningsmiddel (xanthangummi),, ingefær 28 %, vand, maltodextrin, salt, vegetabilisk olie (palme), eddike, sukker, fibre fra citrusskal, fortykningsmiddel (xanthangummi).

Opbevares på køl 5+ grader

-- LØRDAG