

# Harira - Marokkansk suppe

## TILBEREDNING

Kold tilbehør: Creme fraiche & fladbrød

1. Forvarm ovnen til 180°C.
2. Prik huller i filmen.
3. Varmes 20-25 min.

Næringsindhold per 100 gr. :

Energi	497kJ / 118kcal
Fedt	3,3g
Heraf mættede fedtsyrer	1,1g
Kulhydrat	15g
Heraf sukkerarter	2,3g
Protein	6,2g
Salt	0,84g



## INDEHOLDER

**HVEDEMEL**, vand, sukker, salt, tørgær, Vand, Hakket kyllingekød, Tomat (70%), Tomatjuice og surhedsregulerende middel: citronsyre (E-330)(10%),  
**SKUMMETMÆLK, FLØDE**, syrningskultur(9%), Søde kartofler i tern,(9%), Kikærter, vand, salt, ascorbinsyre(6%), Linser, Gulerod,  
**BLADSELLERI**, bladspinat, løg, 67% kyllingefond (vand, koncentreret kyllingefond, kyllingekstraktpulver, salt), salt, aroma, sukker, modificeret stivelse, løg, eddike, krydderi, stabilisator (xanthangummi)., vand, hvidløg 18 %, salt, sukker, maltodextrin, vegetabilisk olie (palme), eddike, fibre fra citrusskal, aroma, fortykningsmiddel (xanthangummi)., Gurkemeje, vand, maltodextrin, vegetabilisk olie (palme), cayennepeber 7 %, salt, eddike, sukker, fibre fra citrusskal, røget chilipulver (chipotle) 3 %, fortykningsmiddel (xanthangummi)., ingefær 28 %, vand, maltodextrin, salt, vegetabilisk olie (palme), eddike, sukker, fibre fra citrusskal, fortykningsmiddel (xanthangummi)., Salt, spidskommen, Kanel, Peber, sort

Opbevares på køl 5+ grader

Opvarmes altid til kernetemperatur 75°C

-- SØNDAG