

# Frikadeller med kartofler, stuvet spidskål og hvidløg

## TILBEREDNING

Kom frikadeller og bønner på bageplade

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



## INDEHOLDER

Kartofler 99,7%, salt 0,3%, Svinekød 97%, vand, HVEDEMEEL, stivelse, salt, MÆLKETØRSTOF, lag, modificeret stivelse (E1414), hydrolyseret vegetabilsk protein, krydderier, Grønne bønner, Spidskål, SØDMÆLK, Vand, Rapsolie, Salt, Majsstivelse, Hvidløgspulver, Muskatnød

Næringsindhold per 100 gr. :

Energi	370kJ / 88kcal
Fedt	4,2g
Heraf mættede fedtsyrer	1,4g
Kulhydrat	7,4g
Heraf sukkerarter	1,0g
Protein	5,0g
Salt	0,57g



Opbevares på køl 5+ grader

Opvarmes altid til en temperatur på 75°C

-- MANDAG