

Fiskedeller med gule ris, gulerodstzaziki og bønn

TILBEREDNING

Kold tilbehør: Gulerodstzaziki.

Kog ris efter anvisning på pakken.

Fiskefrikadeller kommes på en bageplade

Næringsindhold per 100 gr. :

Energi	686kJ / 163kcal
Fedt	4,1g
Heraf mættede fedtsyrer	1,5g
Kulhydrat	24g
Heraf sukkerarter	1,9g
Protein	7,4g
Salt	0,74g



INDEHOLDER

66 % fiskekød, vand, rasp (hvedemel, salt tilsat iod, tærgær), løg, kartoffelstivelse, hvedemel, rapsolie, mælkeerstatning (vallepulver (mælk), solsikkeolie, glukosesirup, mælkeprotein, antiklumpningsmiddel (e551), stabilisator (e340)), salt, krydderier (25%). Grønne bønner, Ris Basmati, Homogeniseret helpasteuriseret MÆLK, plante-fedt, koncentreret MÆLKEPROTEIN, modificeret majsstivelse, gelatine (okse), symet med levende yoghurtkultur. Gulerod, Guirkeerje, MANDLER(1%), vand, hvidløg 18 %, salt, sukker, maltodextrin, vegetabilisk olie (palme), eddike, fibre fra citrusskal, aroma, fortykningsmiddel (xanthangummi), Rapsolie, salt, 21,3 % grønsagspulver (pestrak, persillerod, løg, gulerod, champignon, porre, tomat, hvidløg), maltodextrin, naturlig aroma, sukker, stivelse, rapsolie, stabilisator (guargummi), antioxidant (rosmarin ekstrakt), eddike, salt, aroma, Dild, Hvidlegspulver, Salt

Opbevares på køl 5+ grader

-- MANDAG