

# Kyllinge stroganoff hertil brune ris og dampet bro

## TILBEREDNING

Ris: følg anvisningen på pakken.

1. Forvarm ovnen til 180°C.
2. Prik huller i filmen.
3. Varmes 25-30 min

Næringsindhold per 100 gr. :

Energi	584kJ / 139kcal
Fedt	3,0g
Heraf mættede fedtsyrer	1,4g
Kulhydrat	19g
Heraf sukkerarter	1,5g
Protein	7,5g
Salt	0,85g

Opbevares på køl 5+ grader

Opvarmes altid til kerntemperatur +75°C

-- MANDAG

## INDEHOLDER

broccoli, **Brune ris** (spor af GLUTEN), Kyllingebrystfillet (90%), vand, dextrose, salt, modificeret tapioka-stivelse (E1442), glukosesirup, D-xylose, porrer, Champignon, **FLØDE**; emulgator: E471; stabilisator: Karagen. Homogeniseret, Hvidvin, **SULFITTER**, Vand, 67% kyllingefond (vand, koncentreret kyllingefond, kyllingekstraktpulver, salt), salt, aroma, sukker, modificeret stivelse, leg, eddike, krydderi, stabilisator (xanthangummi), Forårsløg, Citronsaft, Salt, Majsstivelse, Bredbladet persille, Peber, sort