

Fiskefrikadeller med røsti, urtedressing og grønne

TILBEREDNING

Kold tilbehør: urtedressing.

Kom kartofler og frikadeller på en bageplade

Grønt: Prik hul i filmen.

Næringsindhold per 100 gr. :

Energi	749kJ / 178kcal
Fedt	11g
Heraf mættede fedtsyrer	2,1g
Kulhydrat	14g
Heraf sukkerarter	1,2g
Protein	5,1g
Salt	0,72g

Opbevares på køl 5+ grader

Opvarmes altid til en temperatur på 75°C

-- MANDAG

INDEHOLDER

kartofler, solsikkeolie, dextrose, salt, leggpulver, stabilisator (E450), hvid peber, 66 % fiskekød, vand, rasp (hvedemel, salt tilsat iod, tørtær), løg, kartoffelstivelse, hvedemel, rapsolie, mælkeerstatning (vallepulver (mælk), solsikkeolie, glukosesirup, mælkeprotein, antiklumpningsmiddel (e551), stabilisator (e340)), salt, krydderier, SKUMMETMÆLK, FLØDE, syrningskultur(9%), 80% Rapsolie, vand, 2% pasteuriserende ÆGGEBLOMMER, eddike salt, SENNEPSmel, fortykningsmiddel (E412), konserveringsmiddel (E202), pH Under 4,5, silikærter, Ærter, broccoli, SØDMÆLK, YOGHURTKULTUR(1%), Citronsaft, Purleg, Bredbladet persille, Hvidleggpulver, Leggpulver, Salt, Hvid peber.