

Fiskedeller med kartofler, sauce tatare og romane

TILBEREDNING

Kold tilbehør: Sauce tatare

Kom frikadeller og kartofler på en bageplade.

Grønt: prik hul i filmen

Næringsindhold per 100 gr. :

Energi	779kJ / 185kcal
Fedt	14g
Heraf mættede fedtsyrer	1,4g
Kulhydrat	10g
Heraf sukkerarter	1,3g
Protein	4,5g
Salt	0,68g

Opbevares på køl 5+ grader

-- **ONSDAG**

INDEHOLDER

kartofler, vand, salt, calciumchlorid, 66 % **FISKEKØD**, vand, rasp (**HVEDEmel**, salt tilsat lod, tærgær), læg, kartoffelstivelse, **HVEDEmel**, rapsolie, **MÆLKEerstatning (VALLEpulver (MÆLK))**, sølsikkeolie, glukosesirup, **MÆLKEprotein**, antiklumpningsmiddel (e551), stabilisator (e340), salt, krydderier, romanesco kål 34%, blomkål, pariserkarotter, 80% Rapsolie, vand, 2% pasteuriserende **ÆGGEBLOMMER**: eddike salt, **SENNEPSmel**, fortykningsmiddel (E412), konserveringsmiddel (E202), pH under 4,5.(15%), Citronsaft, eddike, læggulv, vand, hvidvinseddike, tomatkoncentrat, krydderier (**SENNEPSMEL**, hvidløg, ingefær, karry, cayennepeber, paprika, allertånde, hvid peber, nellike) salt, sukker, farve (e150a), fortykningsmiddel (xanthan) , Vand, **SENNEPSFRØ**: eddike, salt, syre (E330), konserveringsmiddel (E224 **KALIUMSULFIT**), Salt, Peber, sort