

Taco veggje med spinatsticks, rødbedehummus o

TILBEREDNING

Ris: følg anvisningen på pakken.

Koldt tilbehør: rødbedehummus og tomatchutney.

Kom spinatpindene på bageplade og

Næringsindhold per 100 gr. :

Energi	966kJ / 230kcal
Fedt	8,8g
Heraf mættede fedtsyrer	0,9g
Kulhydrat	32g
Heraf sukkerarter	5,6g
Protein	4,6g
Salt	0,53g

Opbevares på køl 5+ grader

-- TIRSDAG

INDEHOLDER

Spinat 41 %, pretzelrasp 15 % (HVEDEMEL, surhedsregulerende middel (E524), gær, rapsolie, salt) rapsolie, kartoffelflager, HVEDEMEL, vand, rasp, (HVEDEMEL, surhedsregulerende middel (E524), sukker, salt, dextrose, gær, paprikapulver), FLØDE, SKUMMETMÆLK, risstivelse, sukker, salt; kartoffelstivelse, havsalt, muskatnød, hvid peber, gær.,
Brune ris (spor af GLUTEN)(17%), Grønne bønner, Kikærter, vand, salt, antioxidant: ascorbinsyre (E 300). Majsmeel (80%), solsikkeolie, salt, grillet rød og gul peberfrugt, solsikkeolie, semi dried tomat, Sukker, Isøberg salat, Frisé salat, Radicchio salat(4%), Rapsolie, Rødløg, Homogeniseret højpasteriseret MÆLK, planteledt, koncentreret MÆLKEPROTEIN, modificeret majstivelse, gelatine (okse), stymet med levende yoghurtkultur (3%), æbleeddike 5%, Citronsaft, **SESAMFRØ**, Rødbede, maltodextrin. Spor af MÆLK, spidskommen, ingefær, vand, hvidløg 18 %, salt, sukker, maltodextrin, vegetabilisk olie (palme), eddike, fibre fra citrusskal, aroma, fortykningsmiddel (xanthangummi), Salt, Peber, sort