

Kyllingefrikassé med kartofler og grønt

TILBEREDNING

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

Næringsindhold per 100 gr. :

| | |
|-------------------------|----------------|
| Energi | 227kJ / 54kcal |
| Fedt | 0,6g |
| Heraf mættede fedtsyrer | 0,1g |
| Kulhydrat | 7,6g |
| Heraf sukkerarter | 1,8g |
| Protein | 3,9g |
| Salt | 0,50g |

INDEHOLDER

kartofler, vand, salt, calciumchlorid, røde gulerodder i strimler, gule gulerodder i strimler, pastinak i strimler, grønne aspargesstykker, Kyllingebrystfillet (96%), vand, dextrose, salt, modificeret tapioka-stivelse (E1442), glukosesirup, D-xylose, Vand, Fløde; modificeret stivelse; stabilisator: E466, E331; karagen; emulgator: E471., babykarotter., Blomkål, vand, salt, aroma (indeholder **selleri**), kyllingekstrakt, sukker, modificeret kartoffelstivelse, kyllingefedt, kyllingkød, syre: citronsyre, konserveringsmiddel, kaliumsorbat, estragonekstrakt., Rødløg(2%), silkearter, **Ærter**, Citronsaft, Rapsolie, Bredbladet persille, Salt, Peber, sort, Majestivelse

Opbevares på køl 5+ grader

Opvarmes altid til en temperatur på 75°C

-- TIRSDAG