

Orientalisk kylling med vilde ris og edamamebønne

TILBEREDNING

Kold tilbehør: edamamebønner.

Kog risene efter anvisning på pakken.

Prik hul i filmen og varm retten i ovnen i 20-25 min. ved 180°C

Næringsindhold per 100 gr. :

Energi	656kJ / 156kcal
Fedt	2,3g
Heraf mættede fedtsyrer	0,9g
Kulhydrat	23g
Heraf sukkerarter	2,0g
Protein	9,9g
Salt	0,57g

Opbevares på køl 5+ grader

-- TIRSDAG

INDEHOLDER

SOJABØNNER, Ris, Vilde Mix, apdskål, Kyllingebrystfillet (96%), vand, dextrose, salt, modificeret tapioka-stivelse (E1442), glukosesirup, D-xylose, peberfrugt(7%), Kokosmælk, vand(4%), leg, Krydderier (leg, paprika, ingefær, hvidleg, chilipeber, sort peber), sukker, salt, kartoffel-/potetstivelse, rød peberfrugt/paprika, citronjuicepulver, korianderblade, kaffir limeblade, aroma, krydderiekstrakt (koriander, citrongræs), antiklumpningsmiddel (siliciumdioxid), vand, salt, hvidvin, grønsagskstrakt (gulero, pastinak, selleri), aroma (indeholder selleri), modificeret kartoffelstivelse, sukker, konserveringsmiddel: kaliumsorbat, farvestof: paprikaoleoresin, vand, hvidleg 18 %, salt, sukker, maltodextrin, vegetabilisk olie (palme), eddike, fibre fra citrusskal, aroma, fortykningsmiddel (xanthangummi), Vand, **SOJABØNNER**, **HVEDE**, salt, Peber, sort, Salt