

Fish and "chips" med kartofler, broccolislaw og ai

TILBEREDNING

Kold tilbehør: broccolislaw og aoli

Fisk: på bageplade

Kartoffel: På bageplade.

Varm 25-30 min v 180°C.

Næringsindhold per 100 gr. :

Energi	835kJ / 199kcal
Fedt	14g
Heraf mættede fedtsyrer	1,8g
Kulhydrat	13g
Heraf sukkerarter	2,3g
Protein	5,5g
Salt	0,54g

Opbevares på køl 5+ grader

Opvarmes altid til en temperatur på 75°C

-- TIRSDAG

INDEHOLDER

danske kartofler, rapsolie, **TORSKEFILET** (70%)(Gadus Morhua), rasp (**HVEDEMEL**), **HVEDEMEL**, palmeeolie, vand, citrusfibre, salt, krydder(**SENNEP**), hævemiddel: E500, Broccoli, gulerødder, dressing (vand, rapsolie, sukker, eddike, pasteuriserede **æggeblomme**, salt, **sennepsmel**, stabilisatorer (E415, E412), konserveringsmiddel (E202), løg, **sennep** (vand, sukker, eddike, majsstivelse (E1442), **sennepsmel**, **hvedestivelse**, salt, karry, mælkesyre (E270), gurkemejerod, natriumbenzoat (E211), kaliumsorbat (E202), ascorbinsyre (E300), **70% rapsolie**, vand, 6% pasteuriserende **ÆGGEBLomme**, 5,5% hvidløg, estragoneddike, salt, **SENNEPSMEL**, naturlig aroma, stabilisatorer (E412, E415), suhedsregulerende middel (E270), konserveringsmiddel (E202), antioxidant (E385).