

Stegt marineret inderfilet med vilde ris, paprikasau

TILBEREDNING

Kog ris 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	585kJ / 139kcal
Fedt	2,6g
Heraf mættede fedtsyrer	0,5g
Kulhydrat	19g
Heraf sukkerarter	1,9g
Protein	9,2g
Salt	0,61g

Opbevares på køl 5+ grader

-- MANDAG

INDEHOLDER

Kyllingeinderfilet (95%), vand, dekstrose, salt, modificeret stivelse d-xylose, glukosestrup., Gule gulerødder, squash, aubergine, rød peber, løg, raps- og solsikkeolie., Ris Vilde Mix(20%), Vand, **Fløde**; modificeret stivelse; stabilisator: E466, E331; karagen; emulgator: E471., Vegetabilisk olie (raps, delvis hærdet), krydderier (skalotteløg, hvidløg, chili, peber, ramsløg, persille), salt, peberfrugt, tomat, gulerødder, citronolie (solsikkeolie) (2%), Tomater, salt (1%), eddike, tomatpuré, sukker, æblepuré, vand, salt, farve (e150c), løg, krydderi og krydderiekstrakter (indeholder **SENNEP**), peberrod, citronsaffkoncentrat, surhedsregulerende middel (e330), stabilisatorer (e466, e415), konserveringsmidler (e202, e211), Paprika, Sukker, vand, salt, aroma (indeholder **selleri**), kyllingekstrakt, sukker, modificeret kartoffelstivelse, kyllingefedt, kyllingekød, syre: citronsyre, konserveringsmiddel: kaliumsorbat, estragonekstrakt., Acetyleret distivelsestødt E1422/waxy majs, Hvidløgpulver, Løgpulver, Salt, Peber, sort