

# Varm bulgursalat med veggie nuggets & hummus

## TILBEREDNING

Kold tilbehør: Hummus

Kom veggie tots på en bageplade

Varm i ovnen i 20-25 min ved 180°C.

Kog bulgur efter anvisning og vend

Næringsindhold per 100 gr. :

Energi	818kJ / 195kcal
Fedt	7,2g
Heraf mættede fedtsyrer	1,4g
Kulhydrat	24g
Heraf sukkerarter	2,0g
Protein	7,0g
Salt	1,0g

Opbevares på køl 5+ grader

Opvarmes altid til en temperatur på 75°C

-- MANDAG

## INDEHOLDER

blomkål 27%, kartoffel, broccoli 10%, vand, stivelse, læg, solsikkeolie, kartoffelager, salt, spinatpulver, 75% kogte kikærter, 9,5% tahini(**SESAMfrøpasta**), vand, salt,hvidlagpulver, surhedsregulerendemiddel (E330), konservering (E202), **BULGUR**, **MÆLK**, salt, **MÆLK**Esyrekultur, **OST**Eløse(6%), **SOJABØNNER**, Grønne bønner, semi soltørrede cherrytomater (60%), solsikkeolie, hvidløg (1,3%), oregano (0,3%), læg, basilikum, salt, surhedsregulerende middel (citronsyre), antioxidant (ascorbinsyre).