

# Mongolian beef med basmatiris og wok grønt

## TILBEREDNING

Kog risen efter anvisning på pakken.

Prik hul i filmen og varm retten i ovnen i 25-30 min. ved 180°C

Næringsindhold per 100 gr. :

Energi	581kJ / 138kcal
Fedt	0,6g
Heraf mættede fedtsyrer	0,2g
Kulhydrat	25g
Heraf sukkerarter	6,7g
Protein	7,3g
Salt	1,1g

Opbevares på køl 5+ grader

-- MANDAG

## INDEHOLDER

Gulerødder, løg, **SELLERI**, gul peberfrugt, rød peberfrugt, 9% bønnespirer, 7% sukkerarter, 6% skyeressvampe, 6% babymais, Ris Basmati, Kalvekød, Vand, Vand, **SOJABØNNER**, **HVEDE**, salt, Sukker og rørsukkersirup., Rødløg(5%), vand, hvidløg 18 %, salt, sukker, maltodextrin, vegetabilsk olie (palme), eddike, fibre fra citrusskal, aroma, fortykningsmiddel (xanthangummi), ingefær 28 %, vand, maltodextrin, salt, vegetabilsk olie (palme), eddike, sukker, fibre fra citrusskal, fortykningsmiddel (xanthangummi).