

# Marokkansk grøntsags gryde med bulgur

## TILBEREDNING

Kog bulguren 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	531kJ / 126kcal
Fedt	1,0g
Heraf mættede fedtsyrer	0,1g
Kulhydrat	16g
Heraf sukkerarter	2,3g
Protein	12g
Salt	0,46g

## INDEHOLDER

Kylling (98%), Salt, Dextrose., **BULGUR**(21%), courgetter i tern, Vand, peberfrugt, røde gulerødder 50%, gule gulerødder 50%, (6%), Kikærter, vand, salt, ascorbinsyre(6%), Tomat (70%), Tomatjuice og surhedsregulerende middel: citronsyre (E-330)(5%), Rødløg(2%), Appelsinjuice med frugtled: Solterrede abrikoser, risemel, Konservingsstof: E220, Tomater, salt.(1%), 49% grøntsagsbouillon (afkog af, vand, grøntsager (læg, gulerod, porre, **SELLERI**, fennikel), timian, lavstikke, sort peber, laurbærblad, salt), 19% rehydreret grøntsagspulver (læg, pastinak, persillerod, gulerod, porre, champignon, tomat, hvidløg), salt, sukker, aroma, modificeret stivelse, eddike, persilleekstrakt, stabilisator (xanthangummi), ingefær, vand, hvidløg 18 %, salt, sukker, maltodextrin, vegetabilsk olie (palme), eddike, fibre fra citrusskal, aroma, fortykningsmiddel (xanthangummi), Korianderfrø, Spidskommen, Paprika Edelsuss, Kanel Cassia, Gurkemeje,Fennikel, Ingefær, Muskatnød, Chili, Rosenblade, vand, maltodextrin, vegetabilsk olie (palme), cayennepeber 7 %, salt, eddike, sukker, fibre fra citrusskal, roget chilipulver (chipote) 3 %, fortykningsmiddel (xanthangummi), honing, Gurkemeje, Stjerneanis

Opbevares på køl 5+ grader

-- MANDAG