

Kalkunfrikadeller med ris, gul tomatsoUCE og salat

TILBEREDNING

Ris: se anvisning på pakken.

Prik hul i filmen og varm i ovnen

i 25-30 min. ved 180°C

Salat: Tjek holdbarhed!

Næringsindhold per 100 gr. :

Energi	610kJ / 145kcal
Fedt	2,2g
Heraf mættede fedtsyrer	0,7g
Kulhydrat	25g
Heraf sukkerarter	1,6g
Protein	5,4g
Salt	0,49g

Opbevares på køl 5+ grader

-- **ONSDAG**

INDEHOLDER

Kalkunkød 38% (EU), vand, løg, kartofler, broccoli, kyllinge skind, pastinak, persille, salt, rasp
HVEDEMEL, kartoffelmel,
SKUMMETMÆLKSPULVER, vegetabilsk olie, sort peber, Ris Vilde Mix, Gul tomat (70,1%), gul cherrytomat (29,4%), salt (19%), GULEROD, PORRE, RØD SPIDSKAL, BROCCOLI, Vand, Forårsløg (1%), Sukker, vand, hvidløg 18 %, salt, sukker, maltodextrin, vegetabilsk olie (palme), eddike, fibre fra citrusskal, aroma, fortykningsmiddel (xanthangummi), Salt, 49% grønsagsbouillon (afkog af: vand, grønsager (løg, gulerod, porre, **SELLERI**, fennikel), timian, løvstikke, sort peber, laurbærblad, salt), 19% rehydreret grønsagspulver (løg, pastinak, persillerod, gulerod, porre, champignon, tomat, hvidløg), salt, sukker, aroma, modificeret stivelse, eddike, persilleekstrakt, stabilisator (xanthangummi), Acetyleret distivelseadipat E1422/waxy majs, Peber, sort