

Græsk kylling i fad med brune ris

TILBEREDNING

Bulgur: Følg anvisningen på pakken.

Prik hul i filmen og varm retten i ovnen i 20-25 min ved 180°C.

Næringsindhold per 100 gr. :

Energi	564kJ / 134kcal
Fedt	1,0g
Heraf mættede fedtsyrer	0,3g
Kulhydrat	20g
Heraf sukkerarter	3,9g
Protein	10g
Salt	0,79g

INDEHOLDER

Kyllingeindefilet (95%), vand, dekstrose, salt, modificeret stivelse d-vykose, glukosestrup (32%), tomater i tern ca. 38%, courgetter i tern ca. 20%, auberginer i tern ca. 20%, løg i skiver ca. 10%, rød peber i strimler ca. 6%, grøn peber i strimler ca. 6%, **Brune ris** (spor af GLUTEN)(21%), Tomat (70%), Tomatjuice og surhedsregulerende middel: citronsyre (E-330), vand, hvidleg 18 %, salt, sukker, maltodextrin, vegetabilsk olie (palme), eddike, fibre fra citrusskal, aroma, fortykningsmiddel (xanthangummi), Sukker, Vineddike (indeholder sulfitt), kogt druemost, farve: ammoniumsulfitt karamel (E 150d), 49% grønsagsbouillon (afkog af: vand, grønsager (leg, gulerod, porre, **SELLERI**, fennikel), timian, løvstikke, sort peber, laurbærblad, salt), 19% rehydreret grønsagspulver (leg, pastinak, persillerod, gulerod, porre, champignon, tomat, hvidleg), salt, sukker, aroma, modificeret stivelse, eddike, persilleekstrakt, stabilisator (xanthangummi), Peber, sort, Salt, Oregano.

Opbevares på køl 5+ grader

-- **TIRSDAG**