

Marineret grillet kyllingebryst med bulgarsalat

TILBEREDNING

Kog bulgur efter anvisning på pakken.

Vend bulgur sammen med fyld & rucola

Grill eller steg kyllingebryst til gennemstegt.

Næringsindhold per 100 gr. :

Energi	620kJ / 148kcal
Fedt	3,4g
Heraf mættede fedtsyrer	1,4g
Kulhydrat	17g
Heraf sukkerarter	1,7g
Protein	12g
Salt	0,82g

Opbevares på køl 5+ grader

-- MANDAG

INDEHOLDER

Kyllingebryst 90%, Vegetabilsk olie (raps, delvis hårdet), krydderier (skalotteleg, hvidløg, chili, peber, ramsløg, persille), salt, peberfrugt, tomat, guleredder, citronolie (solsikkeolie), **BULGUR**(24%), Grønne bønner, **MÆLK**, salt, **MÆLKE**syrekultur, **OSTE**10%), Semi dried tomater (75%), solsikkeolie, hvidløg, salt, oregano, Surhedsregulerendmiddel: E330, Ricola, Kyllingebryst 90%, Vegetabilsk olie (raps, delvis hårdet), krydderier (skalotteleg, hvidløg, chili, peber, ramsløg, persille), salt, peberfrugt, tomat, guleredder, citronolie (solsikkeolie).