

Fyldt sejkrebbinet m. kartofler og stuvet spinat

TILBEREDNING

Kom fisken på en bageplade.

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

Næringsindhold pr. 100g:

Energi	405kJ / 96kcal
Fedt	3,2g
Heraf mættede fedtsyrer	0,8g
Kulhydrat	13g
Heraf sukkerarter	1,8g
Protein	3,5g
Salt	0,34g

Opbevares på køl 5+ grader

-- SØNDAG

INDEHOLDER

Kartofler, salt, Sammensat stykker af SEJ(Pollachius virens) (41%), (SEJ)FILET (40%), HVEDEstivelse, majsstivelse, citrus fibre, HVEDE fibre), panering (33%); HVEDEmel, vand, rapsole, kartoffelstivelse, salt, sukker, HVEDEgluten, gær, sauce (26%); porre (7%), vand, gulrødd (5%); modificeret majsstivelse FLØDEost (OST, SMØR, vand, KVARK, SØDMÆLKSpulver, MÆLKEprotein, ris- og kartoffelstivelse); VALLEpulver, HVEDEmel, FLØDE, salt, bouillon (salt, krydderier, destrose), løgpulver, hvid peber, Forstegt i rapsole. Enkelte ben kan forekomme, spinat(16%), Vand, Vand, køremælk, vegetabiliske olier (raps og palme), modificeret stivelse, emulgator (mono- og diglycerider af vegetabiliske fedtsyrer), stabilisatorer (methylcellulose, guar gummi), surhedsregulerende middel (natriumcitrat, citronsyre), laktaseenzym, aroma (3%), LETMÆLK 1.5% fedt (3%), Ieg, Acetyleret disilvsesadipat E 1422/waxy majs(0%), vand, hvidløg 18 %, salt, sukker, maltodextrin, vegetabilisk olie (palme), eddike, fibre fra citrusskal, aroma, fortykningsmiddel (xanthangummi), Muskatnød, Peber, sort, Salt, Sukker