

Falafler med stegte kartofler, gnavegrønt & hummus

TILBEREDNING

Koldt tilbehør: Hummus & gnavegrønt

Kom kartofler og falafler på en bageplade.

Varm retten i ovnen i 25-30 min. ved

Næringsindhold pr. 100g:

| | |
|-------------------------|-----------------|
| Energi | 540kJ / 128kcal |
| Fedt | 4,6g |
| Heraf mættede fedtsyrer | 0,5g |
| Kulhydrat | 16g |
| Heraf sukkerarter | 1,0g |
| Protein | 4,1g |
| Salt | 0,88g |

Opbevares på køl 5+ grader

-- **TORS DAG**

INDEHOLDER

97% kartofler, 2% rapsolie, salt, stabilisator: diphosphater, dextrose, peberekstrakt, 75% kogte kikærter, 9,5% tahini(**SESAMfrøpasta**), vand, salt, hvidløgspulver, surhedsregulerendemitid (E330), konservering (E202), Grøntsager (43% kikærter, 26% leg), **HVEDEMEL**, rapsolie, vand, brødkrummer, risemel, krydderier, hvidløgspuré, salt, krydderurter, citronsaft, fortykningsmiddel (methylcellulose), Gulerod