

Fiskedeller med kartofler og sauce tatare

TILBEREDNING

Kold tilbehør: Sauce tatare.

Kom frikadeller på en bageplade.

Kartofler: prik hul i filmen.

Varm v. 180°C i 25-30min.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi	780kJ / 186kcal
Fedt	13g
Heraf mættede fedtsyrer	1,4g
Kulhydrat	12g
Heraf sukkerarter	1,6g
Protein	5,0g
Salt	0,74g

Opbevares på køl 5+ grader

INDEHOLDER

Kartofler, salt, 66 % fiskokød, vand, rasp (hvødemel, salt tilsat lod, tærgen), løg, kartoffelstivelse, hvødemel, rapsolie, mælkeerstatning (vallepulver (mælk), sosisikkeolie, glukosesirup, mælkeprotein, antiklumpningsmiddel (e651), stabilisator (e340)), salt, krydderier..., rapsolie, syltede agurker (agurketerm, vand, eddike, salt), creme fraiche (18%), vand, løg, eddike, æggeblomme (skrabe/Eg), kapers, estragon, persille, sukker, løg, salt og sennepsmel.

-- TORSDAG