

Penang karry med ris hertil cashewnødder

TILBEREDNING

Kold tilbehør: Cashew nødder

Ris: Se anvisningen på pakken

Sauce: Prik huller i filmen.

Varm 25-30 min 180°C.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi	865kJ / 206kcal
Fedt	8,1g
Heraf mættede fedtsyrer	4,0g
Kulhydrat	22g
Heraf sukkerarter	2,4g
Protein	11g
Salt	0,91g

Opbevares på køl 5+ grader

Opvarmes altid til kerntemperatur 75°

-- MANDAG

INDEHOLDER

Ris Basmati, Kylling (98%), Salt, Dextrose, Kokosmælk, vand(21%), Vand, **CASHEWNØDDER**, salt, Grønne bønner, ambusskud, vand, citronsyre (E330), små hele majscolber., Tørrede rød chili(27%), citrongræs, skaldotteløg, hvidløg, salt, kafir lime skal, galangal, spidskommen pulver, korianderfrø, Sukker, Gelatine baseret på kvæg, Hallacertificeret, 67% kyllingefond (vand, koncentreret kyllingefond, kyllingeeekstraktpulver, salt), salt, aroma, sukker, modificeret stivelse, løg, eddike, krydderi, stabilisator (xanthangummi), Ansjos ekstrakt (**FISK**) **SKALDYR**, salt, sukker, . Limeblad