

Chili sin carne med ris & creme fraiche

TILBEREDNING

Kold tilbehør: creme fraiche

1. Se anvisningen på risen
2. Prik huller i filmen.
3. Varmes 25-30 min 180°C.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi	727kJ / 173kcal
Fedt	6,6g
Heraf mættede fedtsyrer	2,4g
Kulhydrat	22g
Heraf sukkerarter	1,5g
Protein	5,3g
Salt	0,88g

Opbevares på køl 5+ grader

Opvarmes altid til en temperatur på 75°C

-- MANDAG

INDEHOLDER

Parboiled ris, Homogeniseret og højpasteuriseret
MÆLK, FLØDE, kultur, (16%), **SOJABØNNER**, sorte bønner, kogte kikaerter, rapsolie, salt, citronjuicekoncentrat, citronskal og sort peber., Tomat, courgette, aubergine, løg, rød peber, grøn peber, Tomat (81%)(hakkede tomater, tomatsure), løg (8%), grøn chili, salt, majsstivelse, krydderier og urter (chilipeber, hvidløg, spidskommen, cayennepeber, koriander, oregano (0,01%), jalapeno (0,6%), paprika, eddike, limejuice., løg, **SOJAPROTEIN**, rapsolie, løg, æbleskstrat, salt, krydderier, naturlig aroma, Vand, Solterrede tomater i strimler, salt, vineddike, surhedsregulerende middel: citronsyre (E 330), Rapsolie, 49% grønsagsbouillon (afkog af, vand, grønsager (løg, gulero, porre, **SELLERI**, fennikel), timian, levstikke, sort peber, laurbærblad, salt), 19% rehydreret grønsagspulver (løg, pastinak, persillerod, gulero, porre, champignon, tomat, hvidløg), salt, sukker, aroma, modificeret stivelse, eddike, persilleekstrakt, stabilisator (xanthangummi), vand, hvidløg 18 %, salt, sukker, maltodextrin, vegetabilsk olie (palme), eddike, fibre fra citrusskal, aroma, fortykningsmiddel (xanthangummi), Salt, Kanel, Koriander, Peber, sort, vand, maltodextrin, vegetabilsk olie (palme), cayennepeber 7 %, salt, eddike, sukker, fibre fra citrusskal, roget chilipulver (chipotle) 3 %, fortykningsmiddel (xanthangummi), spidskommen, rød peberfrugt 54 %, maltodextrin, salt, eddike, vegetabilsk olie (palme), sukker, krydderier (paprika og cayennepeber), fibre fra citrusskal, citronsaftkoncentrat, rødbedepulver, fortykningsmiddel (xanthangummi).