

Fish and "chips" med kartofler, broccolislaw og ai

TILBEREDNING

Kold tilbehør: broccolislaw og aioli

Fisk: på bageplade

Kartoffel: På bageplade.

Varm 25-30 min v 180°C.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi	856kJ / 204kcal
Fedt	13g
Heraf mættede fedtsyrer	1,8g
Kulhydrat	15g
Heraf sukkerarter	0,8g
Protein	5,8g
Salt	0,51g

Opbevares på køl 5+ grader

Opvarmes altid til en temperatur på 75°C

-- MANDAG

INDEHOLDER

Kartofler (96.9%), solsikke olie (3.1%), dextrose,
TORSKEFILET (70%)(Gadus Morhua), rasp
(HVEDEMEL), HVEDEMEL, palmeolie, vand, citrusfibre,
salt, krydder(**SENNEP**), hævemiddel: E500, **70%**
rapsolie, vand, 6% pasteuriserende ÆGGEBLOMME,
5,5% hvidlag, estragoneddike, salt, **SENNEPSMEL**,
naturlig aroma, stabilisatorer (E412, E415),
surhedsregulerende middel (E270), konserveringsmiddel
(E202), antioxidant (E385), Vand, rapsolie, sukker,
eddike, ÆG, salt, **SENNEPSMEL**, stabilisatorer (E 415),
konserveringsmiddel (E 202), løg-, Gulerod, broccoli,
Hvidkål