

# Vegetar chili med ris, tortilla, creme fraiche og gn

## TILBEREDNING

Ris: Se etiket.

Forvarm ovn til 180°C varmluft.

Retten varmes i 25-30 min.

Koldt: creme fraiche, tortilla og

Næringsindhold pr. 100g:

Energi	581kJ / 138kcal
Fedt	3,8g
Heraf mættede fedtsyrer	2,1g
Kulhydrat	21g
Heraf sukkerarter	3,3g
Protein	4,2g
Salt	0,24g

Opbevares på køl 5+ grader

-- SØNDAG

## INDEHOLDER

Gulerod, Økologiske Polerede Basmati Ris, Homogeniseret og højpasteuriseret **MÆLK, FLØDE**, kultur, (14%), **SOJABønner**, sorte bønner, kogte kikærter, rapsolie, salt, citronjuicekoncentrat, citronskal og sort peber, Tomat (70%), Tomatjuice og sundhedsregulerende middel: citronsyre (E-330)(10%), Rødløg(5%), grillet rød og gul peberfrugt, solsikkeolie, courgetter i tern, helbladet spinat i kugler, Vand, Kakaomasse, sukker, kakaosmør, smørolie(**MÆLK**), emulgator (**SOJALecithin**), naturligvaniljearoma, Sukker, **Paprika**, spidskommen, Timian, vand, hvidløg 18 %, salt, sukker, maltodextrin, vegetabilsk olie (palme), eddike, fibre fra citrusskal, aroma, fortykningsmiddel (xanthangummi), Salt, Peber, sort, Chilliager