

Samosa m. bulgurpilavi, squash, spidskål, kikærte

TILBEREDNING

Bulgur: se label

Forvarm ovnen til 180 grader

Grøntsager og kikærter varmes i 15 min

Næringsindhold pr. 100g:

Energi	704kJ / 168kcal
Fedt	5,5g
Heraf mættede fedtsyrer	0,9g
Kulhydrat	23g
Heraf sukkerarter	2,7g
Protein	5,2g
Salt	0,46g

Opbevares på køl 5+ grader

-- SØNDAG

INDEHOLDER

Økologisk, knækket durumHVEDE (24%), Hvødemel, vand, hvidkål (12 %), rapsolie, kartofler (8 %), løg (5 %), gulerødder (4 %), porre (4 %), bambusskud (4 %), ærter (4 %), majsstivelse, tomatpuré, rød peber (1 %), krydderblanding (salt, krydderier, sukker, rapsolie, hvidløg, krydderiestræk), sukker, salt, citronsaftkoncentrat, hvidløg, solsikkeolie, krydderier/trakter., Kikærter, vand, salt, ascorbinsyre(12%), spidskål, squash(11%), Homogeniseret højpasteuriseret MÆLK, plante-fedt, koncentreret MÆLKEPROTEIN, modificeret majsstivelse, gelatine (okse), syret med levende yoghurtkultur., Rødløg(6%), 85% æbler, sukker, modificeret majsstivelse, koncentreret citronsaft, antioxidant: ascorbinsyre, konserveringsmiddel: kaliumsorbat. Kan indeholde rester af kernehuse., Rapsolie, Tomat (70%), Tomatjuice og surhedsregulerende midlet: citronsyre (E-330)(2%), Tomater, salt (2%), 49% grønsagsbouillon (afkog af vand, grøntsager (løg, gulerod, porre, SELLERI, fennikel), timian, løvstikke, sort peber, laurbærblad, salt), 19% rehydreret grønsagspulver (løg, pastinak, persillerod, gulerod, porre, champignon, tomat, hvidløg), salt, sukker, aroma, modificeret stivelse, eddike, persilleekstrakt, stabilisator (xanthangummi),. Hvidløgspulver, Salt, Mynte, Sukker, Peber sort, Økologisk oprindelse, Peber, sort