

Kylling i kokos m. ris og topping

TILBEREDNING

Ris: Se etiket.

Forvarm ovn til 180°C varmluft.

Retten varmes i 25-30 min.

Koldt topping: Dukkah.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi	798kJ / 190kcal
Fedt	6,8g
Heraf mættede fedtsyrer	4,4g
Kulhydrat	24g
Heraf sukkerarter	2,2g
Protein	7,9g
Salt	0,83g

Opbevares på køl 5+ grader

-- TIRSDAG

INDEHOLDER

kokosmælk, vand(27%), Økologiske Polerede Basmati Ris, Kyllingebrystfillet (97%), Tapioca stivelse, salt, gulerod, grillet rød og gul peberfrugt, solsikkeolie, Forårsløg, Rødløg, Kyllingefond 69% (vand, koncentreret Kyllingefond, Kyllingekstraktpulver, salt), salt, aromaer, sukker, modificeret stivelse, løgpulver, eddike, hvid peber, stabilisator (xanthangummi), **solsikkekerner**, Hørfrø(1%), krydderier (løg, paprika, ingefær, hvidløg, chilipeber, sort peber), sukker, salt, kartoffel-potetstivelse, rød peberfrugt/paprika, citronjuicepulver, korianderblade, kaffir limeblade, aroma, krydderiekstrakt (koriander, citrongræs), antiklumpningsmiddel (siliciumdioxid), Karry, Koriander, **Fennikellfrø**, vand, eddike, maltodextrin, palmefedt, salt, cayennapeber 7%, sukker, citrusfibre, røget chilipulver 2,5% (chili, reg), fortykningsmiddel (xanthangummi), Rapsolie, Salt, **limeblad**, Gurkemeje, Peber, sort, Salt