

Chili Con Carne

Glutenfri – Mælkefri og uden tilsat sukker

Ingredienser:

Tomat* 30%, hakket oksekød* 20%, kidneybønner*, pastinak*, gulerod*, løg*, rød peberfrugt*, tomatkoncentrat*, vand, majsmeal*, salt, hvidløgsgranulat*, spidskommen*, citronsaft*, koriander*, timian*, stærk paprika*, sød paprika*, chili* og hvid peber*. (* = økologisk ingrediens).

Smag: Stærkt krydret.

Nettovægt: 400 g.

Indpakningsmetode: I bakke indpakket i folie.

Mindst holdbar til: Et døgn efter den er åbnet.

Opbevaring: Ved max 5°C

Tilberedning: Bakken tages ud af papemballagen, og prik 3-5 huller i plastfilmen. Efter opvarmningen fjernes plastfilmen og der røres rundt med en ske.

Almindelig ovn	Mikrobølgeovn
160 gr. C forvarmet 20-25 minutter	650W 4-5 minutter



Næringsindhold pr. 100 g:

Energi: 426 kJ / 101 kcal
Fedt: 3,2 g
Heraf mættede fedtsyrer: 1,3 g
Kulhydrat: 10 g
Heraf sukkerarter: 2,4 g
Protein: 6,4 g
Kostfibre: 2,7 g
Salt: 0,8 g

www.Hanegal.dk
Hanegal@Hanegal.dk
Tlf: 8685 3672
Fax: 8685 3673
Resenbrovej 29
8600 Silkeborg