

Vegansk Bolognese (med Rodfrugtmos)

Glutenfri, Laktosefri og uden tilsat sukker

Ingredienser:

Bolognese* 255 g: Tomat* 51%, vand, SOYAPROTEIN* (teksturet), gulerod*, løg*, SELLERI*, rød peberfrugt*, champignons*, rapsolie*, Karl Johan svampe*, olivenolie*, hvidløg*, salt, paprika granulat*, basilikum*, oregano*, sød paprika*, sort peber*, muskat*, rosmarin*, timian*, stærk paprika* og allehånde stærk paprika*.

Rodfrugtmos* 160 g: Kartoffel*, vand, pastinak*, kålroe*, rapsolie*, salt, kartoffel granulat*, muskatnød*, sort peber* og SENNEPSMEL*.

(* = økologisk ingrediens).

Smag: Fin kryddret med bl.a. Karl Johan svampe og rundet af med Rodfrugtmos.

Nettovægt: 415 g.

Indpakkingsmetode: 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
180 gr. C forvarmet 20-40 minutter	650W 5-10 minutter



Næringsindhold pr. 100 g:

Energi: 404 kJ / 97 kcal
 Fedt: 3,5 g
 Heraf mættede fedtsyrer: 0,3 g
 Kulhydrat: 8,5 g
 Heraf sukkerarter: 2,2 g
 Protein: 6,1g
 Kostfibre: 3,4 g
 Salt: 0,8 g

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