

## 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](http://www.Hanegal.dk)  
[Hanegal@Hanegal.dk](mailto:Hanegal@Hanegal.dk)  
Tlf: 8685 3672  
Fax: 8685 3673  
Resenbrovej 29  
8600 Silkeborg