

Mexicansk Gryde – Oksekøds gryde

Glutenfri, Mælkefri og uden tilsat sukker

Ingredienser:

Hakket oksekød* 23%, gulerod* 16%, tomat* 12%, kidneybønner* 11%, majs* 9%, rød peberfrugt*, løg*, vand, rapsolie*, majsmelet*, hvidløg*, salt, spidskommen*, sød paprika*, paprika granulat*, koriander*, sort peber*, oregano*, æbleeddike*, stjerneanis*, stærk paprika* og nellike*.
(* = økologisk ingrediens).

Smag: Kraftig eksotisk oksekødsret; evt. fyld til pandekager.

Nettovægt: 400 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
160 gr. C forvarmet 20-25 minutter	650W 4-5 minutter



Næringsindhold pr. 100 g:
Energi: 501 kJ / 119 kcal
Fedt: 3,3 g
Heraf mættede fedtsyrer: 0,8 g
Kulhydrat: 13 g
Heraf sukkerarter: 3,7 g
Protein: 7,9 g
Kostfibre: 3,5 g
Salt: 0,8 g
Med et naturligt indhold af sukker

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