

RØD DAAL

INGREDIENSER:

Kokosmælk*, tomat*, vand, 14% røde linser*, 11% gulerod*, løg*, citronjuice*, salt, 0,56% mild karry*, tomatkoncentrat*, hvidløg*, rapsolie*, 0,28% stærk karry*, limeblade*, ingefær*, sort peber*, chiliflager*.
* = Økologisk.

NETTOVÆGT: 325 g.

INDPAKNINGSMETODE: I bakke indpakket i folie.

OPBEVARING: I køleskab ved højst +5°C.

EFTER ÅBNING: 1 dag i køleskab.

FREMSTILLET: se dato på siden.

BEDST FØR (UÅBNET): se dato på siden.

TILBEREDNING: Bakken tages ud af papemballagen, og prik 3-4 huller i plastfilmen. Efter opvarmningen fjernes plastfilmen og der røres rundt med en ske.

ALMINDELIG OVN

160°C i forvarmet
20 minutter

MIKROBØLGEOVN

650W
4 minutter

NÆRINGSINDHOLD PR. 100 G.:

Energi: 509 kJ / 121 kcal
Fedt: 5,2 g
Heraf mættede fedtsyrer: 3,8 g
Kulhydrat: 12 g
Heraf sukkerarter: 2,1 g
Kostfibre: 2,2 g
Protein: 5,1 g
Salt: 0,7 g

ANDRE INFORMATIONER:

Laktosefri
Glutenfri **X**
Nøglehul
Vegetarisk
Vegansk **X**

