

HANEGAL¹⁹⁸⁰
RENT ØKOLOGISK

GRØNTSAGSCURRY

INGREDIENSER:

14% kikærter*, vand, 12% kokosmælk*, 7% æbler*, 7% butternut squash*, kartofler*, spinat*, gulerod*, knoldselleri*, løg*, porre*, hvidløg*, appelsinjuice*, paprika*, mild karry*, olivenolie*, salt, majsmeel*, stærk karry*, havtorn*, kanel*, muskat*, kardemomme*, ingefær*, allehånde*, cayennepeber*.

* = Økologisk.

NETTOVÆGT: 400 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: 368 kJ / 88 kcal
Fedt: 3,2 g
Heraf mættede fedtsyrer: 2,1 g
Kulhydrat: 11 g
Heraf sukkerarter: 3,0 g
Kostfibre: 2,2 g
Protein: 2,3 g
Salt: 0,04 g

ANDRE INFORMATIONER:

Laktosefri
Glutenfri X
Nøglehul
Vegetarisk
Vegansk X



www.Hanegal.dk
Hanegal@Hanegal.dk
Tlf: 8685 3672
Finlandsvej 12
6100 Haderslev