

**HANEGAL**<sup>1980</sup>  
RENT ØKOLOGISK

## PLANTEBASERET RISENGRØD

### INGREDIENSER:

76% havredrik (vand, havre\*, rapsolie\*), risdrik (vand, ris\*, solsikkeolie\*, havsalt), 16% grødris\*, salt.  
\* = 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  
20-25 minutter

### MIKROBØLGEOVN

650W  
4-5 minutter

### NÆRINGSINDHOLD PR. 100 G.:

Energi: 413 kJ / 98 kcal  
Fedt: 1,5 g  
Heraf mættede fedtsyrer: 0,3 g  
Kulhydrat: 20 g  
Heraf sukkerarter: 4,6 g  
Kostfibre: 0,2 g  
Protein: 1,2 g  
Salt: 0,56 g

### ANDRE INFORMATIONER:

Laktosefri  
Glutenfri  
Uden tilsat sukker  
Nøglehul  
Vegetarisk  
Vegansk

