

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

## THAIGRYDE

### INGREDIENSER:

13% hakket hønsekød\*, hakket tomat\*, vand, 9% kokosmælk\*, 7% grønne linser\*, hvidkål\*, pastinak\*, gulerod\*, rød peberfrugt\*, løg\*, 5% mango\*, porre\*, majsmeal\*, salt, karry\* (indeholder sennep\*), rapsolie\*, citronsaft\*, hvidløg\*, ingefær\*, cayennepeber\*.

\* = Økologisk.

**NETTOVÆGT:** 450 g.

**INDPAKNINGSMETODE:** I bakke indpakket i folie.

**OPBEVARING:** Dybfrost ved -18°C. Må ikke nedfryses igen efter optøning.

**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

180°C i forvarmet  
30-40 minutter

### MIKROBØLGEOVN

650W  
8-10 minutter

### NÆRINGSINDHOLD PR. 100 G.:

Energi: 420 kJ / 100 kcal  
Fedt: 2,9 g  
Heraf mættede fedtsyrer: 1,2 g  
Kulhydrat: 11,7 g  
Heraf sukkerarter: 1,9 g  
Kostfibre: 1,2 g  
Protein: 6,3 g  
Salt: 0,8 g

### ANDRE INFORMATIONER:

Laktosefri X  
Glutenfri X  
Nøglehul X  
Vegetarisk  
Vegansk



[www.Hanegal.dk](http://www.Hanegal.dk)  
[Hanegal@Hanegal.dk](mailto:Hanegal@Hanegal.dk)  
Tlf: 8685 3672  
Finlandsvej 12  
6100 Haderslev