Gemüse-Frikadelle Kürbis-Steckrübe

STÜCKGEWICHT CA. 75 G

Verpackung

ARTIKEL-NR.	8804
JE KARTON	2 x 2,5 kg (Beutel)
KTNS. JE EUROPALETTE/LAGE	99/9
EAN EINZELVERPACKUNG	4006934 880400
EAN UMVERPACKUNG	4006934 880417
MHD	18 Monate

INFO

Hergestellt aus Kürbis, Steckrüben, Karotten, Blumenkohl und Kartoffeln, gewürzt, ausgeformt und vorgebacken.

ZUTATEN

Gemüse 82 % (Kürbis 32,4 %, Steckrüben 32,4 %, Karotten 9,8 %, Blumenkohl 7,4 %), Rapsöl, Paniermehl (WEIZENMEHL, Salz, Hefe), Erbsenfasern, Kartoffelflocken, Meersalz, Schnittlauch, Stabilisator Methylcellulose, Gewürze, Stärke, Zucker.

Nährwerte

BRENNWERT	387 kJ / 93 kcal	**EIWEIß**	2,1 g
FETT	4,5 g	**SALZ**	1,2 g
DAVON GESÄTTIGTE FETTSÄUREN	0,5 g		
KOHLENHYDRATE	8,6 g		
DAVON ZUCKER	2,8 g		

Inhaltsstoffe

- Frei von gehärteten Fetten
- Frei von Konservierungsstoffen
- Frei von künstlichen Farbstoffen
- Frei von natürlichen Farbstoffen
- laktosefrei
- ODZ
- Cook & Chill
- Vegetarisch
- Vegan

Zubereitung

COMBIDÄMPFER

Combidämpfer (Heißluft) auf 200 °C vorheizen. Das tiefgefrorene Produkt ca. 18 Minuten auf einem Gastro-Blech fertig backen.

BACKOFEN (UMLUFT)

Backofen (Umluft) auf 200 °C vorheizen. Das tiefgefrorene Produkt ca. 18 Minuten auf einem Backblech mit Backpapier fertig backen.

FRITTEUSE

Das tiefgefrorene Produkt bei 160 °C ca. 5 Minuten frittieren.

BACKOFEN (OBER-/UNTERHITZE)

Backofen (Ober-/Unterhitze) auf 210 °C vorheizen. Das tiefgefrorene Produkt ca. 18 Minuten auf einem Backblech mit Backpapier fertig backen.

PFANNE

Das tiefgefrorene Produkt mit etwas Öl ca. 10 Minuten bei mittlerer Hitze braten. Dabei mehrmals wenden.

MIKROWELLE

Das tiefgefrorene Produkt bei 900 Watt ca. 2 - 2,5 Minuten erhitzen.

Avita NATÜRLICH VEGGIE