

Bøf stroganoff med ris og brød

TILBEREDNING

Ris: se på pakken.

Gryderet: prik hul i filmen.

Varmes 25-30 min v. 180°C.

Brød kan med fordel lunes 10 min.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi	772kJ / 184kcal
Fedt	4,5g
Heraf mættede fedtsyrer	2,7g
Kulhydrat	29g
Heraf sukkerarter	0,6g
Protein	5,7g
Salt	0,58g

Opbevares på køl 5+ grader

Opvarmes altid til en temperatur på 75°C

-- SØNDAG

INDEHOLDER

Parboiled ris, **HVEDEMEL**, vand, **RUGMEL**, **SESAMFRØ**, **HAVRE** flager, gær, salt, birkes, hørfrø, **BYGMALT**, melbehandlingsmiddel (ascorbinsyre), Skært oksekød i strimler, Champignon, Vand, vand, dehis hærdet palmekerneolie, skummetmælkspulver, glukose, maltodextrin, **mælkprotein**, stabilisator (e1422, e466, e401) emulgator (e472e, e471, sojalecithin, surhedsregulerende middel (e331iii, e340ii) aroma, salt, farvestof(e160a), løg, peberfrugt, Svinekød (94%), salt, vand, dextrose, sukker, eddike, konserveringsmidler (E252, E250), antioxidant (E301), stabilisatorer (E451, E452), **GÆREKSTRAKT**, røg, Tomater, salt, .68% oksefond (vand, koncentreret oksefond, oksekedekstrakt, salt), salt, aroma, sukker, modificeret stivelse, løg, eddike, krydder, stabilisator (xanthan gummi), Acetyleret distivelseadipat E1422/waxy majs, vand, hvidløg 18 %, salt, sukker, maltodextrin, vegetabilsk olie (palme), eddike, fibre fra citrusskal, aroma, fortykningsmiddel (xanthangummi), Paprika, Salt, **Paprika**, Peber, sort