

Madpandekage med kylling, hertil pasta, tomatsau

TILBEREDNING

Pasta: se på pakken.

Forvarm ovn til 180°C.

Kom pandekager på en bageplade.

Retten varmes 20-25 min.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi	649kJ / 155kcal
Fedt	2,7g
Heraf mættede fedtsyrer	0,5g
Kulhydrat	26g
Heraf sukkerarter	1,7g
Protein	6,0g
Salt	0,71g

Opbevares på køl 5+ grader

-- SØNDAG

INDEHOLDER

KÆRNEMÆLK, HVEDEMEL, kylling (13%), ÆG, hvidkål, gulerod, broccoli, tomatpuré, teg, vand, modificeret stivelse, kyllingefond (vand, kylling, salt), rapsolie, krydderier (karry, (bukkehorn, cayennepeber, fennikel, gurkemeje, koriander, peber, spidskommen), teg, paprika, sort peber, hvidløg, oregano, timian), sukker, salt, hvidvineddike, ingefær, peberekstrakt. Pandekagen er stegt i rapsolie. **DURUMHVEDE**, vand, Gulerod, Tomat 99,1%, salt, basilikum 0,075%, oregano 0,05%, naturlig aroma,