

**Reindlgemüse Kochsalat mit Erbsen, tiefgekühlt**

Kennzeichnung:

Aufbewahrung: Hinweise für die Aufbewahrung zu Hause: entweder sofort zubereiten oder bei -18°C mindestens haltbar bis Ende: siehe Aufdruck

Zutaten: Zutaten: Kochsalat (58%), MAGERMILCH, Erbsen (11%), Rapsöl, WEIZENMEHL, Würzmittel [Salz, Gewürzextrakte (mit SELLERIE), Stärke, Pilzpulver, Karotte, Champignonpulver, Zucker, Gewürze, Kräuter], Stärke, Speisesalz jodiert (Salz, Kaliumjodid), Gemüsebrühe (Salz, Dextrose, Gewürze, Hefe), Knoblauchpulver, Bratzwiebelkonzentrat (Zwiebel, Sonnenblumenöl), weißer Pfeffer.

Alkoholgehalt:

Portionen: 2

Nährwertanspruch:

Verwendungs hinweis: Nach dem Auftauen nicht wieder einfrieren! Das Produkt bitte vor dem Verzehr erhitzen!

Zubereitung & Anweisung: Erhitzen und servieren - Vor dem Servieren erhitzen oder erwärmen Im Topf: Iglo Kochsalat mit Erbsen tiefgekühlt mit ca. 2 EL Wasser in einen Topf geben und erhitzen. Ca. 12 Minuten bei mittlerer Hitze zubereiten. Dabei mehrmals umrühren.,Zubereitung unter Benutzung von Mikrowellen In der Mikrowelle: Den noch tiefgefrorenen Iglo Kochsalat mit Erbsen in eine mikrowellengeeignete Schüssel geben. Zugedeckt bei 600 Watt 12 Minuten erhitzen. Nach der halben Kochzeit den Block zerteilen und 2 Minuten vor Ende der Kochzeit umrühren.

Abmessungen: Nettogehalt 450.00 Gramm,Bruttogewicht 468.00 Gramm

Kontakt: Name: Iglo Austria; Adresse: Marchfelder Str. 2, 2301 Groß-Enzersdorf; Webseite: www.iglo.at; Telefon: 0810 300 407

Allergene: Enthält - Ist im Produkt enthalten Sellerie und -erzeugnisse,Glutenhaltiges Getreide sowie daraus hergestellte Erzeugnisse,Milch und Milcherzeugnisse

Attribute: Labelinformationen Umwelt und Verpackung AMA\_SEAL\_OF\_APPROVAL AMA-Gütesiegel (Qualitätskontrolle, Österreich)  
Labelinformationen Umwelt und Verpackung GREEN\_DOT GREEN DOT - ARA (Verpackungskennzeichen)

**Nährwerte pro 100 Gramm Zubereitet**

Haushaltsportion	NAEHRSTOFF	Wert	Einheit	Tages %
	Energie	Ungefährer Wert (-)	275	Kilojoule
	Energie	Ungefährer Wert (-)	66	Kilokalorie
	Fett	Ungefährer Wert (-)	4	Gramm
	davon gesättigte Fettsäuren	Ungefährer Wert (-)	0.3	Gramm
	Kohlenhydrate	Ungefährer Wert (-)	4.3	Gramm
	davon Zucker	Ungefährer Wert (-)	2	Gramm
	Ballaststoffe	Ungefährer Wert (-)	1.4	Gramm
	Eiweiß	Ungefährer Wert (-)	2.5	Gramm
	Salz	Ungefährer Wert (-)	0.96	Gramm

# Reindlgemüse Kochsalat mit Erbsen, tiefgekühlt

## Nährwerte pro 1 Portion Zubereitet

Haushaltsportion	pro Portion** (=225g) **zubereitet nach Anleitung in der		Wert	Einheit	Tages %
NAEHRSTOFF					
Energie		Ungefährer Wert (-)	619	Kilojoule	
Energie		Ungefährer Wert (-)	149	Kilokalorie	
Fett		Ungefährer Wert (-)	9	Gramm	
davon gesättigte Fettsäuren		Ungefährer Wert (-)	0.7	Gramm	
Kohlenhydrate		Ungefährer Wert (-)	9.7	Gramm	
davon Zucker		Ungefährer Wert (-)	4.5	Gramm	
Ballaststoffe		Ungefährer Wert (-)	3.2	Gramm	
Eiweiß		Ungefährer Wert (-)	5.6	Gramm	
Salz		Ungefährer Wert (-)	2.2	Gramm	