LMIV Datenblatt zum Artikel

Pazifischer Polar-Dorsch (Theragra chalcogramma), zum Teil fein zerkleinert, zu Dreiecken zusammengefügt, in knuspriger Erdäpfelpanier, praktisch grätenfrei, vorgebacken, tiefgekühlt

Kennzeichnung: Trotz sorgfältiger Produktionsverfahren und Qualitätssicherung können in seltenen Fällen Gräten im Produkt enthalten sein.

Aufbewahrung: Nach dem Auftauen nicht wieder einfrieren! Wir bitten Sie immer zu prüfen, ob der Fisch auch gut durchgegart ist.
Hinweise für die Aufbewahrung zu Hause: entweder sofort zubereiten oder bei -18°C mindestens haltbar bis Ende: siehe Aufdruck

Zutaten: Zutaten: PAZIFISCHER POLAR-DORSCH (Theragra chalcogramma) 51%, getrocknete Kartoffeln 16%, Wasser, Rapsöl, WEIZENMEHL, Reisgrieß, Stärke, SENF (Wasser, SENFSAAT, Branntweinessig, Salz, Gewürze), Salz.

Alkoholgehalt:

Portionenen: 2

Nährwertanspruch:

Verwendungshinweis:

Zubereitung & Anweisung: Backen - Zubereitung unter Einwirkung von gleimaessig verteilter trockener Hitze IM BACKROHR: Das Backrohr inkl. Backblech auf 225 °C Ober/Unterhitze vorheizen. Fisch'n'Rösti unaufgetaut auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen. Auf oberer Schiene ca. 15-20 Min. backen. Nach halber Backzeit wenden.

Abmessungen: Nettogehalt 300.00 Gramm,Bruttogewicht 328.00 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 Senf und -erzeugnisse,Glutenhaltiges Getreide sowie daraus hergestellte Erzeugnisse,Fisch und -erzeugnisse

Attribute: Labelinformationen Umwelt und Verpackung GREEN_DOT GREEN DOT - ARA (Verpackungskennzeichen)
Labelinformationen Umwelt und Verpackung IGT Identitätskennzeichen und Genusstauglichkeitskennzeichen
Labelinformationen Umwelt und Verpackung MARINE_STEWARDSHIP_COUNCIL_LABEL MSC-Label für zertifizierte Nahrungsmittel aus dem Meer (Marine Stewardship Council)

Nährwerte pro 100 Gramm Unzubereitet

Haushaltsportion			
NAEHRSTOFF		Wert Einheit	Tages %
Energie	Ungefährer Wert (~)	900 Kilojoule	
Energie	Ungefährer Wert (~)	215 Kilokalorie	
Fett	Ungefährer Wert (~)	9.8 Gramm	
davon gesättigte Fettsäuren	Ungefährer Wert (~)	0.7 Gramm	
Kohlenhydrate	Ungefährer Wert (~)	20 Gramm	
davon Zucker	Ungefährer Wert (~)	0.6 Gramm	
Ballaststoffe	Ungefährer Wert (~)	1.3 Gramm	
Eiweiß	Ungefährer Wert (~)	11 Gramm	
Salz	Ungefährer Wert (~)	0.98 Gramm	
Vitamin B 12, Cyanocobolamin	Ungefährer Wert (~)	0.6 Mikrogramm	24,00 %
Jod	Ungefährer Wert (~)	46.9 Mikrogramm	31,00 %
Omega-3-Fettsäuren	Ungefährer Wert (~)	103 Milligramm	

Pazifischer Polar-Dorsch (Theragra chalcogramma), zum Teil fein zerkleinert, zu Dreiecken zusammengefügt, in knuspriger Erdäpfelpanier, praktisch grätenfrei, vorgebacken, tiefgekühlt

Nährwerte pro 1 Portion Zubereitet

Haushaltsportion	pro Portion** (150 g, 3 Stück)			
NAEHRSTOFF			Wert Einheit	Tages %
Energie		Ungefährer Wert (~)	1370 Kilojoule	16,00 %
Energie		Ungefährer Wert (~)	327 Kilokalorie	16,00 %
Fett		Ungefährer Wert (~)	15 Gramm	
davon gesättigte Fettsäuren		Ungefährer Wert (~)	1.1 Gramm	
Kohlenhydrate		Ungefährer Wert (~)	30 Gramm	
davon Zucker		Ungefährer Wert (~)	0.9 Gramm	
Ballaststoffe		Ungefährer Wert (~)	2 Gramm	
Eiweiß		Ungefährer Wert (~)	17 Gramm	
Salz		Ungefährer Wert (~)	1.5 Gramm	
Vitamin B 12, Cyanocobolamin		Ungefährer Wert (~)	0.9 Mikrogramm	36,00 %
Jod		Ungefährer Wert (~)	70.4 Mikrogramm	47,00 %
Omega-3-Fettsäuren		Ungefährer Wert (~)	154 Milligramm	