

Dorsch (Gadus morhua), aus Fischfiletblöcken geschnitten, in Filetform gefertigt, praktisch grätenfrei, mit knusprigen Bröseln paniert, vorgebraten, tiefgekühlt

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

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

Zutaten: Zutaten: DORSCH (Gadus morhua) 57%, WEIZENMEHL (WEIZEN, Calciumcarbonat, Eisen, Niacin, Thiamin), Wasser, Paniermehl (WEIZENMEHL (WEIZEN, Calciumcarbonat, Eisen, Niacin, Thiamin), Hefe, Salz, Dextrose, Zucker, Paprika), Rapsöl, WEIZENSTÄRKE, Salz, SENF, Kurkuma. Kann Spuren von MILCH enthalten.

Alkoholgehalt:

Portionen: 4

Nährwertanspruch:

Verwendungs hinweis: Nach dem Auftauen nicht wieder einfrieren! Wir bitten Sie immer zu prüfen, ob der Fisch auch gut durchgegart ist.

Zubereitung & Anweisung: Backen - Zubereitung unter Einwirkung von gleimaessig verteilter trockener Hitze IM BACKROHR: Das Backrohr auf 220 °C Ober- und Unterhitze oder Umluft 200 °C vorheizen. Den Dorsch in Knusperbrösel unaufgetaut auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen. Auf mittlerer Schiene ca. 20-22 Minuten backen.

Abmessungen: Nettogehalt 480.00 Gramm,Bruttogewicht 537.00 Gramm

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

Allergene: Kann Spuren enthalten von Milch und Milcherzeugnisse,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 Zubereitet

Haushaltsportion

NAEHRSTOFF

	Ungefährer Wert (-)	Wert Einheit	Tages %
Energie	Ungefährer Wert (-)	192 Kilokalorie	
Energie	Ungefährer Wert (-)	807 Kilojoule	
Fett	Ungefährer Wert (-)	7.4 Gramm	
davon gesättigte Fettsäuren	Ungefährer Wert (-)	0.6 Gramm	
Kohlenhydrate	Ungefährer Wert (-)	19 Gramm	
davon Zucker	Ungefährer Wert (-)	0.5 Gramm	
Ballaststoffe	Ungefährer Wert (-)	0.8 Gramm	
Eiweiß	Ungefährer Wert (-)	12 Gramm	
Salz	Ungefährer Wert (-)	0.78 Gramm	
Vitamin B 12, Cyanocobolamin	Ungefährer Wert (-)	0.85 Mikrogramm	32,00 %
Jod	Ungefährer Wert (-)	111 Mikrogramm	74,00 %
Selen, organisch	Ungefährer Wert (-)	13 Mikrogramm	24,00 %

Dorsch (Gadus morhua), aus Fischfiletblöcken geschnitten, in Filetform gefertigt, praktisch grätenfrei, mit knusprigen Bröseln paniert, vorgebraten, tiefgekühlt

Nährwerte pro 1 Portion Zubereitet

Haushaltsportion pro Portion** (120 g, 1 Stück)

NAEHRSTOFF

		Wert	Einheit	Tages %
Energie	Ungefährer Wert (-)	233	Kilokalorie	12,00 %
Energie	Ungefährer Wert (-)	980	Kilojoule	12,00 %
Fett	Ungefährer Wert (-)	8.8	Gramm	
davon gesättigte Fettsäuren	Ungefährer Wert (-)	0.7	Gramm	
Kohlenhydrate	Ungefährer Wert (-)	23	Gramm	
davon Zucker	Ungefährer Wert (-)	0.6	Gramm	
Ballaststoffe	Ungefährer Wert (-)	1	Gramm	
Eiweiß	Ungefährer Wert (-)	15	Gramm	
Salz	Ungefährer Wert (-)	0.93	Gramm	
Vitamin B 12, Cyanocobolamin	Ungefährer Wert (-)	1	Mikrogramm	40,00 %
Jod	Ungefährer Wert (-)	133	Mikrogramm	89,00 %
Selen, organisch	Ungefährer Wert (-)	15	Mikrogramm	27,00 %