

Baby Karotten, tiefgekühlt

Kennzeichnung:	Nach dem Auftauen nicht wieder einfrieren! Nicht roh verzehren Produkt bitte vor dem Verzehr durcherhitzen!
Aufbewahrung:	Hinweise für die Aufbewahrung zu Hause: Entweder sofort zubereiten oder bei -18°C mindestens haltbar bis Ende: siehe Aufdruck
Zutaten:	Zutaten: Babykarotten.
Alkoholgehalt:	
Portionen:	
Nährwertanspruch:	Nährwerte unterliegen den bei Naturprodukten üblichen Schwankungen. ***Vitamin A berechnet aus dem Provitamin A-Carotinoid Gehalt
Verwendungs hinweis:	Küchengeräte unterliegen Schwankungen, deshalb können unsere Empfehlungen nur Richtwerte sein. Bei größeren Zubereitungsmengen erhöht sich auch die Zubereitungszeit entsprechend.
Zubereitung & Anweisung:	Sieden - Zubereitung der Speise in kochendem Wasser IM TOPF: (bezogen auf 300 g) Babykarotten unaufgetaut mit ca. 75 ml Wasser und etwas zerlassenem Fett in einen ausreichend großen Topf geben. Etwas salzen und zugedeckt bei mittlerer Hitze unter gelegentlichem Umrühren ca. 9 Min. zubereiten. Zubereitung unter Benutzung von Mikrowellen IN DER MIKROWELLE: (bezogen auf 300 g) Babykarotten unaufgetaut mit 2 Esslöffeln Wasser in ein mikrowellengeeignetes Geschirr geben. Bei 600 Watt zugedeckt 7 Min. erhitzen. Anschließend 3-5 Min. ziehen lassen.
Abmessungen:	Nettogehalt 400.00 Gramm, Bruttogewicht 425.00 Gramm
Kontakt:	Name: Iglo Austria; Adresse: Marchfelder Str. 2, 2301 Groß-Enzersdorf; Webseite: www.iglo.at; Telefon: 0810 300 407
Allergene:	
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

	Ungefährer Wert (-)	Wert Einheit	Tages %
Energie	Ungefährer Wert (-)	118 Kilojoule	
Energie	Ungefährer Wert (-)	28 Kilokalorie	
Fett	Ungefährer Wert (-)	0.4 Gramm	
davon gesättigte Fettsäuren	Ungefährer Wert (-)	0.1 Gramm	
Kohlenhydrate	Ungefährer Wert (-)	4.4 Gramm	
davon Zucker	Ungefährer Wert (-)	4.2 Gramm	
Ballaststoffe	Ungefährer Wert (-)	2.3 Gramm	
Eiweiß	Ungefährer Wert (-)	0.6 Gramm	
Salz	Ungefährer Wert (-)	0.06 Gramm	
Vitamin A	Ungefährer Wert (-)	1346 Mikrogramm	168,00 %

Baby Karotten, tiefgekühlt

Nährwerte pro 1 Portion Zubereitet

Haushaltsportion	pro Portion** (150g)		Wert	Einheit	Tages %
NAEHRSTOFF					
Energie		Ungefährer Wert (-)	178	Kilojoule	2,00 %
Energie		Ungefährer Wert (-)	42	Kilokalorie	2,00 %
Fett		Ungefährer Wert (-)	0.6	Gramm	
davon gesättigte Fettsäuren		Ungefährer Wert (-)	0.2	Gramm	
Kohlenhydrate		Ungefährer Wert (-)	6.6	Gramm	
davon Zucker		Ungefährer Wert (-)	6.3	Gramm	
Ballaststoffe		Ungefährer Wert (-)	3.5	Gramm	
Eiweiß		Ungefährer Wert (-)	0.9	Gramm	
Salz		Ungefährer Wert (-)	0.09	Gramm	
Vitamin A		Ungefährer Wert (-)	2019	Mikrogramm	252,00 %