

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: 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) 50%, getrocknete Kartoffeln 16%, Rapsöl, Wasser, WEIZENMEHL, Zwieback (WEIZENMEHL, Wasser, Salz, Backtriebmittel: Ammoniumcarbonat), Reisgrieß, Stärke, Salz, SENF (Wasser, SENFSAAT, Branntweinessig, Salz, Gewürze).

Alkoholgehalt:

Portionen: 2

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 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

	Ungefährer Wert (–)	Wert Einheit	Tages %
Energie	Ungefährer Wert (–)	934 Kilojoule	
Energie	Ungefährer Wert (–)	223 Kilokalorie	
Fett	Ungefährer Wert (–)	9.8 Gramm	
davon gesättigte Fettsäuren	Ungefährer Wert (–)	0.7 Gramm	
Kohlenhydrate	Ungefährer Wert (–)	22 Gramm	
davon Zucker	Ungefährer Wert (–)	0.6 Gramm	
Ballaststoffe	Ungefährer Wert (–)	1.3 Gramm	
Eiweiß	Ungefährer Wert (–)	11 Gramm	
Salz	Ungefährer Wert (–)	1.1 Gramm	
Vitamin B 12, Cyanocobolamin	Ungefährer Wert (–)	0.6 Mikrogramm	24,00 %
Jod	Ungefährer Wert (–)	46.1 Mikrogramm	31,00 %
Omega-3-Fettsäuren	Ungefährer Wert (–)	101 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** (150g, 3 Stück)			
NAEHRSTOFF					
				Wert Einheit	Tages %
Energie		Ungefährer Wert (-)		1421 Kilojoule	17,00 %
Energie		Ungefährer Wert (-)		339 Kilokalorie	17,00 %
Fett		Ungefährer Wert (-)		15 Gramm	
davon gesättigte Fettsäuren		Ungefährer Wert (-)		1.1 Gramm	
Kohlenhydrate		Ungefährer Wert (-)		33 Gramm	
davon Zucker		Ungefährer Wert (-)		0.9 Gramm	
Ballaststoffe		Ungefährer Wert (-)		2 Gramm	
Eiweiß		Ungefährer Wert (-)		17 Gramm	
Salz		Ungefährer Wert (-)		1.7 Gramm	
Vitamin B 12, Cyanocobolamin		Ungefährer Wert (-)		0.9 Mikrogramm	36,00 %
Jod		Ungefährer Wert (-)		69.2 Mikrogramm	46,00 %
Omega-3-Fettsäuren		Ungefährer Wert (-)		152 Milligramm	