

VEGETARISCHES GRANULAT auf Basis von Erbsenprotein, gewürzt.Tiefgekühlt

Kennzeichnung:

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

Zutaten: Zutaten: Erbsenprotein rehydriert (65%), Rapsöl, Zwiebel, HAFERPROTEIN, Paniermehl (WEIZENMEHL, Hefe, Salz), Kartoffelflocken, WEIZENGLUTEN, Stabilisator: Methylcellulose*, Salz, Apfelessig, GERSTENMALZEXTRAKT, HAFERVOLLKORNMEHL, Erbsenfaser, Karottensaftkonzentrat, Gewürze, Lauch, Pastinake, Kräuter, Weißkohl, Knoblauch, Karotte, Tomate, Antioxidationsmittel: Rosmarinextrakt. *Methylcellulose wird aus Pflanzen gewonnen und verleiht unserem vegetarischen Faschierten Form und Textur.

Alkoholgehalt:

Portionen: 2

Nährwertanspruch: Ohne Zusatz von Geschmacksverstärkern. Ohne künstliche Farb- und Aromastoffe. Nährwerte unterliegen den bei Naturprodukten üblichen Schwankungen

Verwendungs hinweis: Nach dem Auftauen nicht wieder einfrieren! Legen Sie Wert auf eine fettarme Zubereitung, so bereiten Sie das vegetarische Faschierte im Backrohr zu. Zum Formen entweder einige Stunden im Kühlschrank, oder bei 180 Watt für 5 Min. in der Mikrowelle auftauen lassen und dann z.B. zu köstlichen vegetarischen Bällchen formen. Bitte achten Sie darauf, dass das Produkt vor dem Genuss vollständig durcherhitzt ist! Die ideale Zubereitungszeit hängt vom jeweiligen Küchengerät ab.

Zubereitung & Anweisung: Form des Bratens, welche sich durch die Benutzung von wenig Bratfett auszeichnet In der Pfanne: Geben sie ca. 1 EL Öl in eine erhitzte beschichtete Pfanne. Gewünschte Menge an vegetarischem Faschierten unaufgetaut in die Pfanne geben. Unter mehrmaligem Rühren ca. 3-5 Minuten garen. Je nach Geschmack würzen bzw. einem Gericht/einer Sauce hinzufügen. Bei geformten Bällchen/Burgern entsprechend länger braten und durchgaren.,Backen - Zubereitung unter Einwirkung von gleimaessig verteilter trockener Hitze Im Backrohr: Backrohr auf 200°C Ober- und Unterhitze (180°C Umluft) vorheizen. Legen Sie das vegetarische Faschierte unaufgetaut auf ein mit Backpapier belegtes Backblech. Auf mittlerer Schiene ca. 7-9 Minuten garen. Nach halber Backzeit wenden.

Abmessungen: Bruttogewicht 251.00 Gramm,Nettogehalt 230.00 Gramm

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

Allergene: Enthält - Ist im Produkt enthalten Glutenhaltiges Getreide sowie daraus hergestellte Erzeugnisse

Attribute: Labelinformationen Umwelt und Verpackung GREEN_DOT GREEN DOT - ARA (Verpackungskennzeichen)

Nährwerte pro 100 Gramm Unzubereitet

Haushaltsportion			
NAEHRSTOFF			
Energie	Ungefährer Wert (–)	Wert Einheit	Tages %
Energie	Ungefährer Wert (–)	784 Kilojoule	
Fett	Ungefährer Wert (–)	188 Kilokalorie	
davon gesättigte Fettsäuren	Ungefährer Wert (–)	10 Gramm	
Kohlenhydrate	Ungefährer Wert (–)	1.3 Gramm	
davon Zucker	Ungefährer Wert (–)	6.2 Gramm	
Ballaststoffe	Ungefährer Wert (–)	0.9 Gramm	
Eiweiß	Ungefährer Wert (–)	2.5 Gramm	
Salz	Ungefährer Wert (–)	17 Gramm	
Eisen	Ungefährer Wert (–)	1.4 Gramm	
	Ungefährer Wert (–)	5.5 Milligramm	39,00 %

VEGETARISCHES GRANULAT auf Basis von Erbsenprotein, gewürzt.Tiefgekühlt

Nährwerte pro 1 Portion Zubereitet

Haushaltsportion	pro Portion** (=115g) ** zubereitet nach Anleitung in der Pfanne		Wert	Einheit	Tages %
NAEHRSTOFF					
Energie	Ungefährer Wert (-)		1689	Kilojoule	
Energie	Ungefährer Wert (-)		404	Kilokalorie	
Fett	Ungefährer Wert (-)		28	Gramm	
davon gesättigte Fettsäuren	Ungefährer Wert (-)		3	Gramm	
Kohlenhydrate	Ungefährer Wert (-)		7.1	Gramm	
davon Zucker	Ungefährer Wert (-)		1	Gramm	
Ballaststoffe	Ungefährer Wert (-)		2.9	Gramm	
Eiweiß	Ungefährer Wert (-)		20	Gramm	
Salz	Ungefährer Wert (-)		1.6	Gramm	
Eisen	Ungefährer Wert (-)		6.3	Milligramm	45,00 %