

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		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 %