

Klopsy z wołowiny 3 i 4 etap (300g)

Składniki:

Wołowina 31% (wołowina, białko pszenicy i gluten, białko jaj, bułka tarta, cebula, zioła, sól, przyprawy, błonnik z grochu, skrobia ziemniaczana, środki stabilizujące: E450, E451 i E452), woda, ziemniaki, cukinia, marchew, seler, posiekane pomidory (pomidory, sok pomidorowy, sól, regulator kwasowości: E330, środek utwardzający: E509), papryka, koncentrat pomidorowy, modyfikowana skrobia kukurydziana, sól, oliwa z oliwek, sok z cytryny, przyprawy, cukier, środki zagęszczające (guma ksantanowa, guma guar).

Sposób przygotowania:

W kuchence mikrofalowej: zawartość puszki przenieś na talerz i wsadź do mikrofalni na 3 minuty (900W). Możesz również zawartość puszki wlać do rondla i gotować przez 5 minut.

	100 g	w porcji (300g)	%TEI
Wartość energetyczna (kcal)	75	225	0
Wartość energetyczna (kJ)	318	954	0
Białko (g)		25,2	45
Węglowodany (g)		14,7	26
Cukry (g)		5,4	0
Lipidy (g)		6,9	28
Nasycone kwasy tłuszczowe (g)		2,4	0
Błonnik (g)		2,7	0
Sól (g)		3,9	0