Guten Appetit

HEUTE WIRD SERVIERT

Im Kühlschrank bei 5ºC aufbewaren Immer auf eine Temperatur von 75°C erhitzten

Putenfrikadellen mit warmem Bulgursalat

ZUTATEN

Putenfleisch 38% (EU), Wasser, Zwiebel, Kartoffeln, Brokkoli, Hühnerhaut, Pastinake, Petersilie, Salz, Semmelbrösel **WEIZENMEHL**, Kartoffelmehl, **MAGERMILCHPULVER**, Pflanzenöl, schwarzer Pfeffer, 28,5% gegrilltes Gemüse (gewürfelte rote und gelbe Paprika, gewürfelte Zwiebeln, Sonnenblumenöl), Kirschtomaten, Babymöhren Bohnen, Champignons, Perlzwiebeln, 9%. **KRÄUTERBUTTER** (**BUTTER**, Gewürzmischung (Knoblauch, Pfeffer, Paprika, Piment, Nelken, Muskatnuss, Salz, Zwiebel, Majoran, Lavendel, Oregano, Thymian, Basilikum, Zucker, Farbstoff: e 150c, Glukosesirup (Kartoffel), **SOJASAUCE** (SOJABOHNEN, **WEIZEN**, Salz)), roter Balsamico-Essig (Essig, Traubenmost, Antioxidationsmittel: e 220, Farbstoff: e 150d), **SOJASAUCE** (Wasser, **SOJA**, **WEIZEN**, Salz), Basilikum, Knoblauch, Salz), **BULGUR**

Mindestens haltbar bis: 21.04.2024

Nahrungsinhalt pro 100 g	
Energie	676 kJ / 161 kcal
Fett	4,4 g
- hiervon gesättigte Fettsäuren	1,7 g
Kohlenhydrate	23 g
- hiervon Zucker	2,0 g
Protein	7,2 g
Salz	0,25 g

Gericht 1

2 Personen

Zubereitung:

Bulgur: Nach Anweisungen auf der Verpackung
Lege die Frikadellen auf ein Backblech.
Steche Löcher in die Folie.
25-30 Min. lang erhitzen. bei 180°C

BETTER feast

Guten Appetit

HEUTE WIRD SERVIERT

Im Kühlschrank bei 5ºC aufbewaren Immer auf eine Temperatur von 75°C erhitzten

Putenfrikadellen mit warmem Bulgursalat

ZUTATEN

Putenfleisch 38% (EU), Wasser, Zwiebel, Kartoffeln, Brokkoli, Hühnerhaut, Pastinake, Petersilie, Salz, Semmelbrösel **WEIZENMEHL**, Kartoffelmehl, **MAGERMILCHPULVER**, Pflanzenöl, schwarzer Pfeffer, 28,5% gegrilltes Gemüse (gewürfelte rote und gelbe Paprika, gewürfelte Zwiebeln, Sonnenblumenöl), Kirschtomaten, Babymöhren Bohnen, Champignons, Perlzwiebeln, 9%. **KRÄUTERBUTTER** (**BUTTER**, Gewürzmischung (Knoblauch, Pfeffer, Paprika, Piment, Nelken, Muskatnuss, Salz, Zwiebel, Majoran, Lavendel, Oregano, Thymian, Basilikum, Zucker, Farbstoff: e 150c, Glukosesirup (Kartoffel), **SOJASAUCE** (SOJABOHNEN, **WEIZEN**, Salz)), roter Balsamico-Essig (Essig, Traubenmost, Antioxidationsmittel: e 220, Farbstoff: e 150d), **SOJASAUCE** (Wasser, **SOJA**, **WEIZEN**, Salz), Basilikum, Knoblauch, Salz), **BULGUR**

Mindestens haltbar bis: 21.04.2024

Nahrungsinhalt pro 100 g	
Energie	676 kJ / 161 kcal
Fett	4,4 g
- hiervon gesättigte Fettsäuren	1,7 g
Kohlenhydrate	23 g
- hiervon Zucker	2,0 g
Protein	7,2 g
Salz	0,25 g

Gericht 1

3 Personen

Zubereitung:

Bulgur: Nach Anweisungen auf der Verpackung
Lege die Frikadellen auf ein Backblech.
Steche Löcher in die Folie.
25-30 Min. lang erhitzen. bei 180°C

BETTER feast

Guten Appetit

HEUTE WIRD SERVIERT

Im Kühlschrank bei 5ºC aufbewaren Immer auf eine Temperatur von 75°C erhitzten

Putenfrikadellen mit warmem Bulgursalat

ZUTATEN

Putenfleisch 38% (EU), Wasser, Zwiebel, Kartoffeln, Brokkoli, Hühnerhaut, Pastinake, Petersilie, Salz, Semmelbrösel **WEIZENMEHL**, Kartoffelmehl, **MAGERMILCHPULVER**, Pflanzenöl, schwarzer Pfeffer, 28,5% gegrilltes Gemüse (gewürfelte rote und gelbe Paprika, gewürfelte Zwiebeln, Sonnenblumenöl), Kirschtomaten, Babymöhren Bohnen, Champignons, Perlzwiebeln, 9%. **KRÄUTERBUTTER** (**BUTTER**, Gewürzmischung (Knoblauch, Pfeffer, Paprika, Piment, Nelken, Muskatnuss, Salz, Zwiebel, Majoran, Lavendel, Oregano, Thymian, Basilikum, Zucker, Farbstoff: e 150c, Glukosesirup (Kartoffel), **SOJASAUCE** (SOJABOHNEN, **WEIZEN**, Salz)), roter Balsamico-Essig (Essig, Traubenmost, Antioxidationsmittel: e 220, Farbstoff: e 150d), **SOJASAUCE** (Wasser, **SOJA**, **WEIZEN**, Salz), Basilikum, Knoblauch, Salz), **BULGUR**

Mindestens haltbar bis: 21.04.2024

Nahrungsinhalt pro 100 g	
Energie	676 kJ / 161 kcal
Fett	4,4 g
- hiervon gesättigte Fettsäuren	1,7 g
Kohlenhydrate	23 g
- hiervon Zucker	2,0 g
Protein	7,2 g
Salz	0,25 g

Gericht 1

4 Personen

Zubereitung:

Bulgur: Nach Anweisungen auf der Verpackung
Lege die Frikadellen auf ein Backblech.
Steche Löcher in die Folie.
25-30 Min. lang erhitzen. bei 180°C

BETTER feast

Guten Appetit

HEUTE WIRD SERVIERT

Im Kühlschrank bei 5ºC aufbewaren Immer auf eine Temperatur von 75°C erhitzten

Putenfrikadellen mit warmem Bulgursalat

ZUTATEN

Putenfleisch 38% (EU), Wasser, Zwiebel, Kartoffeln, Brokkoli, Hühnerhaut, Pastinake, Petersilie, Salz, Semmelbrösel **WEIZENMEHL**, Kartoffelmehl, **MAGERMILCHPULVER**, Pflanzenöl, schwarzer Pfeffer, 28,5% gegrilltes Gemüse (gewürfelte rote und gelbe Paprika, gewürfelte Zwiebeln, Sonnenblumenöl), Kirschtomaten, Babymöhren Bohnen, Champignons, Perlzwiebeln, 9%. **KRÄUTERBUTTER** (**BUTTER**, Gewürzmischung (Knoblauch, Pfeffer, Paprika, Piment, Nelken, Muskatnuss, Salz, Zwiebel, Majoran, Lavendel, Oregano, Thymian, Basilikum, Zucker, Farbstoff: e 150c, Glukosesirup (Kartoffel), **SOJASAUCE** (SOJABOHNEN, **WEIZEN**, Salz)), roter Balsamico-Essig (Essig, Traubenmost, Antioxidationsmittel: e 220, Farbstoff: e 150d), **SOJASAUCE** (Wasser, **SOJA**, **WEIZEN**, Salz), Basilikum, Knoblauch, Salz), **BULGUR**

Mindestens haltbar bis: 21.04.2024

Nahrungsinhalt pro 100 g	
Energie	676 kJ / 161 kcal
Fett	4,4 g
- hiervon gesättigte Fettsäuren	1,7 g
Kohlenhydrate	23 g
- hiervon Zucker	2,0 g
Protein	7,2 g
Salz	0,25 g

Gericht 1

5 Personen

Zubereitung:

Bulgur: Nach Anweisungen auf der Verpackung
Lege die Frikadellen auf ein Backblech.
Steche Löcher in die Folie.
25-30 Min. lang erhitzen. bei 180°C

BETTER feast