



Guten Appetit

HEUTE WIRD SERVIERT

Fischfilet mit Kartoffeln, Petersiliensauce und Karotten

ZUTATEN

Weißfisch (**SCHOLLE-DORSCH**), **RAPS**, **WEIZENmehl**, Wasser, Palmöl, Mod. Stärke (Kartoffel), Salz, Gewürz (enthält **SENF**), Backtriebmittel: E500, Kartoffeln, Salz, Babymöhren, **fettarme MILCH** 1,5% Fett (6%), Wasser, **Buttermilch**, pflanzliche Öle (Raps und Palm), modifizierte Stärke, Emulgator (Mono- und Diglyceride aus pflanzlichen Fettsäuren), Stabilisatoren (Methylcellulose, Guarkernmehl), Säureregulator (Natriumcitrat, Zitronensäure), Laktase-Enzym, Aroma, Wasser, Blattpetersilie Petersilie (2%), Salz, 49% Gemüsebrühe (Abkochung von; Wasser, Gemüse (Zwiebel, Karotte, Lauch, **SELLERIE**, Fenchel), Thymian, Liebstöckel, schwarzer Pfeffer, Lorbeerblatt, Salz), 19% rehydriertes Gemüsepulver (Zwiebel, Pastinake, Petersilienwurzel, Karotte, Lauch, Champignon, Tomate, Knoblauch), Salz, Zucker, Aromen, modifizierte Stärke, Essig, Petersilienextrakt, Stabilisator (Xanthangummi), acetyliertes destilliertes Stärkeadipat E1422/Wachsmais, Zitronensaft, Zucker, Pfeffer, schwarz

Mindesten haltbar bis: 19.05.2024

Im Kühlschrank
bei 5°C aufbewahren.
Immer auf eine
Temperatur von
75°C erhitzen

Nahrungsinhalt pro 100 g	
Energie	407 kJ/ 97 kcal
Fett	2,2 g
- hiervon gesättigte Fettsäuren	0,7 g
Kohlenhydrate	14 g
- hiervon Zucker	2,8 g
Protein	4,5 g
Salz	1,6 g

Gericht 4
2 Personen

Zubereitung:

Fisch auf Backblech legen.
Kartoffeln, Soße und Gemüse: Löcher in
die Folie stechen.



Guten Appetit

HEUTE WIRD SERVIERT

Fischfilet mit Kartoffeln, Petersiliensauce und Karotten

ZUTATEN

Weißfisch (**SCHOLLE-DORSCH**), **RAPS**, **WEIZENmehl**, Wasser, Palmöl, Mod. Stärke (Kartoffel), Salz, Gewürz (enthält **SENF**), Backtriebmittel: E500, Kartoffeln, Salz, Babymöhren, **fettarme MILCH** 1,5% Fett (6%), Wasser, **Buttermilch**, pflanzliche Öle (Raps und Palm), modifizierte Stärke, Emulgator (Mono- und Diglyceride aus pflanzlichen Fettsäuren), Stabilisatoren (Methylcellulose, Guarkernmehl), Säureregulator (Natriumcitrat, Zitronensäure), Laktase-Enzym, Aroma, Wasser, Blattpetersilie Petersilie (2%), Salz, 49% Gemüsebrühe (Abkochung von; Wasser, Gemüse (Zwiebel, Karotte, Lauch, **SELLERIE**, Fenchel), Thymian, Liebstöckel, schwarzer Pfeffer, Lorbeerblatt, Salz), 19% rehydriertes Gemüsepulver (Zwiebel, Pastinake, Petersilienwurzel, Karotte, Lauch, Champignon, Tomate, Knoblauch), Salz, Zucker, Aromen, modifizierte Stärke, Essig, Petersilienextrakt, Stabilisator (Xanthangummi), acetyliertes destilliertes Stärkeadipat E1422/Wachsmais, Zitronensaft, Zucker, Pfeffer, schwarz

Mindesten haltbar bis: 19.05.2024

Im Kühlschrank
bei 5°C aufbewahren.
Immer auf eine
Temperatur von
75°C erhitzen

Nahrungsinhalt pro 100 g	
Energie	407 kJ/ 97 kcal
Fett	2,2 g
- hiervon gesättigte Fettsäuren	0,7 g
Kohlenhydrate	14 g
- hiervon Zucker	2,8 g
Protein	4,5 g
Salz	1,6 g

Gericht 4
3 Personen

Zubereitung:

Fisch auf Backblech legen.
Kartoffeln, Soße und Gemüse: Löcher in die Folie stechen.



Guten Appetit

HEUTE WIRD SERVIERT

Fischfilet mit Kartoffeln, Petersiliensauce und Karotten

ZUTATEN

Weißfisch (**SCHOLLE-DORSCH**), **RAPS**, **WEIZENmehl**, Wasser, Palmöl, Mod. Stärke (Kartoffel), Salz, Gewürz (enthält **SENF**), Backtriebmittel: E500, Kartoffeln, Salz, Babymöhren, **fettarme MILCH** 1,5% Fett (6%), Wasser, **Buttermilch**, pflanzliche Öle (Raps und Palm), modifizierte Stärke, Emulgator (Mono- und Diglyceride aus pflanzlichen Fettsäuren), Stabilisatoren (Methylcellulose, Guarkernmehl), Säureregulator (Natriumcitrat, Zitronensäure), Laktase-Enzym, Aroma, Wasser, Blattpetersilie Petersilie (2%), Salz, 49% Gemüsebrühe (Abkochung von; Wasser, Gemüse (Zwiebel, Karotte, Lauch, **SELLERIE**, Fenchel), Thymian, Liebstöckel, schwarzer Pfeffer, Lorbeerblatt, Salz), 19% rehydriertes Gemüsepulver (Zwiebel, Pastinake, Petersilienwurzel, Karotte, Lauch, Champignon, Tomate, Knoblauch), Salz, Zucker, Aromen, modifizierte Stärke, Essig, Petersilienextrakt, Stabilisator (Xanthangummi), acetyliertes destilliertes Stärkeadipat E1422/Wachsmais, Zitronensaft, Zucker, Pfeffer, schwarz

Mindesten haltbar bis: 19.05.2024

Im Kühlschrank
bei 5°C aufbewahren.
Immer auf eine
Temperatur von
75°C erhitzen

Nahrungsinhalt pro 100 g	
Energie	407 kJ/ 97 kcal
Fett	2,2 g
- hiervon gesättigte Fettsäuren	0,7 g
Kohlenhydrate	14 g
- hiervon Zucker	2,8 g
Protein	4,5 g
Salz	1,6 g

Gericht 4
4 Personen

Zubereitung:

Fisch auf Backblech legen.
Kartoffeln, Soße und Gemüse: Löcher in
die Folie stechen.



Guten Appetit

HEUTE WIRD SERVIERT

Fischfilet mit Kartoffeln, Petersiliensauce und Karotten

ZUTATEN

Weißfisch (**SCHOLLE-DORSCH**), **RAPS**, **WEIZENmehl**, Wasser, Palmöl, Mod. Stärke (Kartoffel), Salz, Gewürz (enthält **SENF**), Backtriebmittel: E500, Kartoffeln, Salz, Babymöhren, **fettarme MILCH** 1,5% Fett (6%), Wasser, **Buttermilch**, pflanzliche Öle (Raps und Palm), modifizierte Stärke, Emulgator (Mono- und Diglyceride aus pflanzlichen Fettsäuren), Stabilisatoren (Methylcellulose, Guarkernmehl), Säureregulator (Natriumcitrat, Zitronensäure), Laktase-Enzym, Aroma, Wasser, Blattpetersilie Petersilie (2%), Salz, 49% Gemüsebrühe (Abkochung von; Wasser, Gemüse (Zwiebel, Karotte, Lauch, **SELLERIE**, Fenchel), Thymian, Liebstöckel, schwarzer Pfeffer, Lorbeerblatt, Salz), 19% rehydriertes Gemüsepulver (Zwiebel, Pastinake, Petersilienwurzel, Karotte, Lauch, Champignon, Tomate, Knoblauch), Salz, Zucker, Aromen, modifizierte Stärke, Essig, Petersilienextrakt, Stabilisator (Xanthangummi), acetyliertes destilliertes Stärkeadipat E1422/Wachsmais, Zitronensaft, Zucker, Pfeffer, schwarz

Mindesten haltbar bis: 19.05.2024

Im Kühlschrank
bei 5°C aufbewahren.
Immer auf eine
Temperatur von
75°C erhitzen

Nahrungsinhalt pro 100 g	
Energie	407 kJ/ 97 kcal
Fett	2,2 g
- hiervon gesättigte Fettsäuren	0,7 g
Kohlenhydrate	14 g
- hiervon Zucker	2,8 g
Protein	4,5 g
Salz	1,6 g

Gericht 4
5 Personen

Zubereitung:

Fisch auf Backblech legen.
Kartoffeln, Soße und Gemüse: Löcher in die Folie stechen.