



KOREAN STYLE CHICKEN

MIT HUHN

Zutaten:

Zutaten: 42% gegarter Reis (Wasser, Basmati-, Jasminreismischung, Rapsöl), 14% Hähnchenbrustfilet gegart (Hähnchenbrustfilet, Stärke, Salz, Dextrose), 10% Zwiebeln, 9% Karotten, Mango-Chutney (Zucker, Mango, Gewürze, Salz, Branntweinessig), Alkoholisches Reisgetränk (Wasser, Reis, WEIZEN), Zucker, Sojasauce (Wasser, SOJABOHNEN, WEIZEN, Salz), Paprikamark, Rapsöl, Sambal Oelek (Chillies, Salz, Säuerungsmittel Essigsäure), modifizierte Stärke, Gewürze (enthalten SELLERIE, SENF), Würze, Salz, MAGERMILCHPULVER, HÜHNEREIWEIß, WEIZENMEHL.

Nährwerte:

Nährwerte	je 100g	je Portion (420g = 1 Packung)
Brennwert	538 kJ 128 kcal	2260 kJ 538 kcal
Fett	3,3 g	13,9 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,4 g	1,7 g
Kohlenhydrate	18,3 g	76,9 g
davon Zucker	6,1 g	25,6 g
Ballaststoffe	1,2 g	5,0 g
Eiweiß	5,6 g	23,5 g
Salz	0,83 g	3,49 g



Allergene:

Glutenhaltige Getreide, Eier, Sojabohnen, Milch, Sellerie, Senf

Zubereitungshinweise:

In der Mikrowelle:

Beide Schälchen oben mehrfach einstechen und in der Mikrowelle (700 Watt) für ca. 4 Min. erhitzen.

Schälchen mit Reis auf den Teller stürzen.

Sauce mit Fleisch dazugeben und vermischen. Guten Appetit!

Auf dem Herd:

Beide Schälchen öffnen und dann Reis sowie die Sauce mit Fleisch mit etwas Öl in einen Topf oder eine Pfanne geben. Bei mittlerer Hitze erwärmen und ab und zu umrühren.

Auf einem Teller anrichten.

Guten Appetit!

Aufbewahrungshinweise

Das auf der Verkaufsverpackung angegebene Mindesthaltbarkeitsdatum kann nur bei einer ununterbrochenen Lagerung und Transport von +2°C bis +7°C eingehalten werden.