



Makrellfilet 332313 Løsfryst

EPD 519751

VEKT ANTALL PORSJONSSTØRRELSE

5 kg
Ca. 70 - 150 g pr. filet

Anbefalt porsjonsstørrelse: 1 porsjon à 150 g.
Gir ca. 33 porsjoner pr. krt.

TILBEREDNING

Tilberedes fra dypfryst tilstand. Ca-tider som gjelder full ovn:

Koking: Dypfryste fileter trekkes i saltet vann i ca. 5 min.

Kombiovn: Steames i 100° C i ca. 5 min.

Konveksjonsovn: 175° C i ca. 5 min.

Steking: Tin filetene og stek i 3 - 4 min. på hver side.

INGREDIENS

Renskårne makrellfileter (*Scomber scombrus*) med skinn og ben. Ryggbein og sorthinnen er fjernet.
Fisket i Det Nordøstlige Atlanterhavet.

NÆRINGSINNHOLD (PR 100 G)

Energi	1060 kJ
	250 kcal
Protein	18 g
Karbohydrat	0 g
Karbohydrat/Sukker	0 g
Karbohydrat/Laktose	0 g
Fett	20 g
hvorav mettet fett	4,4 g
Kostfiber	0 g
Vitamin A	-
Vitamin D	-
Tiamin	-
Riboflavin	-
Niacin	-
Vitamin C	-
Natrium	0,1 mg
Saltinnhold	-
Kalium	-
Kalcium	-
Jern	-
Magnesium	-
Sink	-

» Skriv ut dette produktet

Sammensetningen av ingredienser i produktet kan bli endret, les derfor alltid ingredienslisten på pakningens etikett.



God lagkummskap - gode måltidsløsminger