



 4 PORTIONER

 5 DAGES HOLDBARHED

 1 MIN. TILBEREDNING

Vildtkasse med krondyrkølle steg



KØD

Det skal du bruge

800 g krondyrkøllestege

Fremgangsmåde

- 1 Det er højsæson for vildt, og det fedtfattige og smagfulde kød fra krondyrkøllen kommer fra dyr skudt på Sjælland og i Jylland. Krondyr er Danmarks største vildtlevende dyr på land. Som de fleste hjortearter kendes den på halen og bagpartiet (spejlet) samt for hjortens (hannens) vedkommende på det karakteristiske gevir. Krondyrenes hovedføde er græsser, men de æder også mange arter af urter og dværgbuske som lyng og pors. Også bark og kviste af træer samt svampe og larver er yndede fødeemner. Krondyrene har levet i Danmark siden istiden og jagten er med til at sikre en sund bestand. Leveres på frost.

Næringsværdier



Energi pr. portion: 937 kj / 224 kcal

Indhold

Pr. portion

Fedt	4,0 g
heraf mættede fedtsyrer	1,0 g
Kulhydrat	1,0 g
heraf sukkerarter	1,0 g
Protein	46,0 g
Salt	0,3 g
Kostfibre	1,0 g

Allergener



Vidste du at..

Vi altid skriver antal holdbarhedsdage inkl. leveringsdagen på hver opskrift. På den måde kan du planlægge, i hvilken rækkefølge retterne bør spises.

Du kan bruge anbefal-linket på dine sider, så både du og dine venner kan få en god deal.

Vi også har en app, som hedder 'RetNemt'. I app'en kan du nemt og hurtigt ændre din bestilling og valg af retter.