



 2 PORTIONER

 5 DAGES HOLDBARHED

 20 MIN. TILBEREDNING

Svinemørbrad chop suey med nudler



READY

Spar endnu mere tid med lækre ovnklare retter

Det skal du bruge

2 bakker svinemørbrad chop suey

Fremgangsmåde

- 1 Tænd ovnen på 200 grader varmluft. Tag folien af bakkerne.
- 2 Sæt bakkerne i ovnen 15-20 minutter til det tager lidt farve og kødet er let rosa i midten. Ovne er forskellige så tjek retten efter 15 minutter og giv den lidt længere efter smag og behag.

Næringsværdier



Energi pr. portion: 1.824 kJ / 436 kcal

Indhold

Pr. portion

Fedt	7,7 g
heraf mættede fedtsyrer	1,8 g
Kulhydrat	58,5 g
heraf sukkerarter	10,4 g
Protein	33,3 g
Salt	3,9 g
Kostfibre	4,1 g

Allergener



Fisk, Gluten, Soja



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.