



X104



Auberginen mit Parmesankäse 300gr

MIN

8'

KOCHEN ZEIT



300g ?

4 PLATTEN PRO KARTON

Zutaten

Gegrillte Auberginen 33%, Mozzarella 7,5%,
passierte Tomaten, Tomatenfruchtfleisch, Gemüse
in variabler Zusammensetzung (Sellerie, Karotten,
Zwiebeln), Edamer, Grana Padano DOP Käse,
Semmelbrösel, Extra Vergine Olivenöl,
Sonnenblumenöl, Butter, Basilikum, Zucker, Pfeffer,
Salz.

Nährstoffgehalt durchschnittswert für 100 g

Energie kcal 111 – Energie kJ 464 – Eiweiss g 4,1 –
Kohlenhydrate g 5,4 davon Zucker g 4,7 – Fett g
7,7 davon gesättigte Fettsäuren g 2,4 –
Ballaststoffe g 2,1

Zubereitung

Ofen: 1 h (160°C)

Umluftherd: 50 min. (160°C)

fiordiprimi