



Füllungszutaten

Geräuchter Lachs (16%), Grana Padano, DOP Käse, Ricotta, Paniermehl, Salz.

Nährstoffgehalt durchschnittswert für 100 g

Energie kcal 175 – Energie kJ 737 – Eiweiss g 8,3 – Kohlenhydrate g 23,2 davon Zucker g 0,7 – Fett g 4,8 davon gesättigte Fettsäuren g 1,2 – Ballaststoffe g 3,0 – Salz g 0,65

Zubereitung

In kochendes Wasser: 1,30 min in der Pfanne: 4 min

In der Mikrowelle (750w): **3/4 min** in einem Dampfgarer (100°c): **2 min**

Im Nudelkocher: 2 min

Ravioli mit Lachs vorgekocht



Datenblatt



