

[FI] RIISI-KASVIS-MAUSTESEO.
PATA-ATERIA-AINEKSET.

AINESOSAT: riisi 58 % (EU), kuivatut kasvikset 16 % (paprika, sipuli, herne, tomaatti, maissi) (EU ja ei-EU), kuivatut hedelmät 11 % [ananas, papaija, sokeri, omena, kookos, sitruuna, säilöntäaine (E220 **rikkidioksidi**)], suola, perunatärkkelys, kovettamaton palmurasva, mausteet [curry (sis. **sinappi**), inkivääri, valkosipuli, basilika, cayennepippuri], hiiva-uute, **soijaproteiini**hydrolysaatti, sokeri, happamuudensäätöaine (E330).

[SE] RIS-GRÖNSAKS-KRYDDBLANDNING.
INGREDIENSER FÖR GRYTRÄTT.

INGREDIENSER: ris 58 % (EU), torkade grönsaker 16 % (paprika, lök, örter, tomat, majs) (EU och icke-EU), torkade frukter 11 % [ananas, papaya, socker, äpple, kokos, citron, konserveringsmedel (E220 **svaveldioxid**)], salt, potatisstärkelse, ohärdat palmfett, kryddor [curry (Inneh. **senap**), Ingefära, vitlök, basilika, cayennepeppar], jästextrakt, **sojaprotein**hydrolysat, socker, surhetsreglerande medel (E330).

RAVINTOSISÄLTÖ /

NÄRINGSINNEHÅLL

/ 100 g

Energia/Energi.....	1700 kJ / 400 kcal
Rasva/Fett.....	4,9 g
- josta tyydyttynyttä / varav mättat	1,8 g
Hiilihydraatit/Kolhydrat.....	82 g
- josta sokereita / varav sockerarter.....	13 g
Ravintokuitu/Fiber.....	5,2 g
Proteiini/Protein.....	7,9 g
Suola/Salt.....	5,1 g

Ohjeen mukaan (sis. 400 g jauhelihaa)
valmistetun tuotteen suolapitoisuus 0,8 %.
/ Salthalt i produkt som är tillagad enligt
anvisningen (med 400 g malet kött) 0,8 %.

SÄILYTYS: kuivassa ja viileässä.

FÖRVARING: torrt och svalt.



VALMISTUS

Ruskista 400 g naudan jauhelihaa (10 %) paistokasarissa. Lisää 7 dl vettä. Kuumenna vesi kiehuvaan ja sekoita joukkoon pussin sisältö. Keitä miedolla lämmöllä n. 20 min välillä sekoittaen. Anna ruoan vetäytyä hetki ennen tarjoilua.

Vinkki: valmista kasvisversio sekoittamalla kattilassa 8 dl vettä, 2 dl tummaa soijarouhetta ja pussin sisältö. Keitä hiljalleen n. 20 min sekoittaen välillä.



TILLAGNING

Bryn 400 g malet nötkött (10 %) i en traktörpanna. Tillsätt 7 dl vatten. Värm vattnet till kokning och blanda i päsens innehåll. Koka på låg värme ca 20 minuter och rör om då och då. Låt rätten stå en stund före servering.

Tips: tillaga den vegetariska rätten genom att blanda 8 dl vatten, 2 dl mörkt sojakross och päsens innehåll i en gryta. Låt smäkoka i ca 20 minuter, rör om då och då.



**MUOVI
PLAST**

195 g



Tokmanni Oy, Isolammintie 1, 04600 Mäntsälä
www.tokmanni.fi/asiakaspalvelu
Valmistettu Suomessa. / Tillverkad i Finland.