

## Meksikonpata-aines: Riisi - kasvis mausteseos.

Lisää vain vesi.

### **Ingredienser till Mexikansk gryta: Ris-grönsaks-kryddmix.**

Tillsätt bara vatten.

### **Mexican casserole meal ingredients. Rice -vegetable drymix.**

Just add water.

**Ainesosat:** Riisi, kuivatut kasvikset 16% (tomaatti, paprika, sipuli, porkkana, herne), ruskea papu, mausteet (chili, korianderi, juustokumina, valkosipuli, inkivääri, mustapippuri, oregano, cayennepippuri), linssi, perunatärkkelys, ruokosokeri, merisuola, herneproteiini, auringonkukansiemenjauhe, kasvirasvajuuho (palmu).

*Saattaa sisältää jämiä pähkinöistä.*

**Ingredienser:** Ris, torkade grönsaker 16% (tomat, paprika, lök, morot, ärtor), bruna bönor, kryddor (chili, koriander, spiskummin, vitlök, ingefära, svatrppeppar, oregano, cayennepeppar), linser, potatistärkelse, rörsocker, havssalt, ärtprotein, solrosfröpulver, växtfettpulver (palm). *Kan innehålla spår av nötter.*

**Ingredients:** Rice, dried vegetables 16% (tomato, paprika, onion, carrot, peas), brown beans, spices (chili, coriander, cummin, garlic, ginger, black pepper, oregano, cayenne pepper), lentils, potato starch, canesugar, seasalt, pea protein, sunflower seed powder, vegetable fat powder (palm). *May contain traces of nuts.*

Pussista saa 2 x 300 g annosta.


En påse ger 2 x 300 g portioner.

Dry mix preparation for 2 x 300 g servings.

Vegaani. Mjölkkfri, sojafri.

Vegan. Mjölkkfri, sojafri.

Vegan. Free from milk and soy.

 **Valmistusohje:** Kuumenna 4,5 – 5 dl vettä kiehuvuksi. Lisää ateria-aines ja keitä hiihjalleen 5 min, sekoita välillä. Anna hautua kannen alla vielä n. 5 min ennen tarjoilua.

 **Tillagning:** Koka upp 4,5 – 5 dl vatten. Tillsätt ingredienserna och låt koka sakt för 5 min, rör om då och då. Låt rätten dra sig under lock ca 5 min före servering.

 **Instructions to use:** Mix ingredients into 4,5 – 5 dl of boiling water. Cook mildly for 5 min, and mix every now and then. Let food rest under a lid for 5 min before serving.



### **VALMISTA RUOKAA / FÄRDIG MAT / AS PREPARED**

	100 g	300 g	%*
Energiaa / Energi / Energy (kJ/kcal)	390 / 92	1171 / 277	14 %
Rasvaa / Fett / Fat (g)	0,9	2,8	4 %
josta tyydyttyynyttä rasvaa / varav mättat fett / from which saturated fat (g)	0,4	1,1	5 %
Hiihlyhydraatteja / Kolhydrater / Carbohydrates (g)	1,7	5,0	19 %
josta sokereita / varav sockerarter / from which sugars (g)	1,7	4,9	5 %
Ravintokuitua / fiber / fibres (g)	1,7	5,2	
Proteiinia / protein (g)	3,4	10	20 %
Suolaa / salt (g)	0,63	1,96	33 %

\*Aikuisen keskiarvo / \*Referensintag för en genomsnittlig vuxen / \*Reference intake for adults (8400 kJ / 2000 kcal).

Säilytetään kuivassa ja viileässä / Förvaras torrt och svalt / Store in a cool dry place.

**VALMISTETTU SUOMESSA • TILLVERKAD I FINLAND • MADE IN FINLAND**

#### **Valmistaja/Tillverkare/Manufacturer:**

Leader Foods Oy Virkatie 8, 01510 Vantaa, Finland  
Tel: +358 9 8364 7310  
www.leader.fi  
feedback@leader.fi

Parasta ennen & eräno / Bäst före & satsnr /  
Best before & Batch no

Parasta ennen & eräno /  
TÄHÄN!

ÄLÄ PAINA TÄTÄ  
TEKSTIÄ!

