

Stegt fisk med estragonsauce

Ingredienser:

kartofler*, dagens friskfangede **fisk**, **fiskefond**, rødløg*, løg*, rød peber*, sommerhvidkål*, **fløde***, rå grønne asparges*, olivenolie*, salt, **smør***, majsstivelse*, estragon*, solsikkeolie*, hvid peber*, peber*

* økologisk

Tilsætningsstoffer:

Allergener:

Fisk, Mælk

Nettovægt: 0,42 kg

Næringsindhold pr. 100 g:

Energi: 559 kJ / 134 kcal

Protein: 8,1 g

Kulhydrat: 9,8 g

Sukkerarter: 2,2 g

Fedt: 6,6 g

Mættede fedtsyrer: 2,5 g

Kostfibre: 1,2 g

Salt 0,9 g