

# INDIAN STYLE MANGO CHICKEN MIT HUHN



Fertiggericht aus Hähnchenbrustfilet in pikanter Mango-Sauce,  
nach indischer Art gewürzt mit Reis

## Zutaten:

42% gegarter Reis (Wasser, Basmati-, Jasminreismischung, Rapsöl), SAHNE, 12% Hähnchenbrustfilet mariniert, gegart (Hähnchenbrustfilet, Stärke, Salz, Dextrose, Sojaöl und/oder Baumwollsaamenöl), 11,5% Mango, JOGHURT, Tomatenmark, Zucker, Ingwerpaste (Ingwer, Branntweinessig), Gewürze, Rapsöl, Salz, modifizierte Stärke, Kokosnussmilchpulver (Kokosnussmilch, Maltodextrin, MILCHEIWEIß), Zitronensaftkonzentrat, Paprikaextrakt. Das Produkt kann Spuren von EI, SELLERIE, SOJA und WEIZEN enthalten!

## Allergene:

Enthalten: Milch  
Kann Spuren enthalten von: Glutenthaltiges Getreide, Sojabohnen, Eier, Sellerie

## Aufbewahrungshinweis:

Das auf der Verkaufsverpackung angegebene Mindesthaltbarkeitsdatum kann nur bei einer ununterbrochenen Lagerung und Transport von +2°C bis +7°C eingehalten werden.

## Zubereitungshinweise:

### In der Mikrowelle:

Beide Schälchen oben mehrfach einstechen und dann in der Mikrowelle (700 Watt) für ca. 4 Min. erhitzen. Schälchen mit Reis auf den Teller stürzen. Sauce mit Fleisch daneben anrichten. Guten Appetit!

### Auf dem Herd:

Beide Schälchen öffnen und dann Reis sowie die Sauce mit Fleisch mit etwas Öl in einen Topf oder eine Pfanne geben. Bei mittlerer Hitze erwärmen und ab und zu umrühren. Auf einem Teller anrichten. Guten Appetit!

## Nährwerte

	Je 100 g	Je 420 g
<b>Brennwert:</b>	642 kJ / 153 kcal	2696 kJ / 643 kcal
<b>Fett:</b>	6,6 g	27,7 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren:</b>	3,4 g	14,3 g
<b>Kohlenhydrate:</b>	17,1 g	71,8 g
<b>davon Zucker:</b>	4,6 g	19,3 g
<b>Ballaststoffe:</b>	1,3 g	5,5 g
<b>Eiweiß:</b>	5,7 g	23,9 g
<b>Salz:</b>	1,13 g	4,70 g