

## Letscho tiefgekühlt

**Kennzeichnung:** Das Produkt bitte vor dem Verzehr erhitzen!  
Nach dem Auftauen nicht wieder einfrieren!

**Aufbewahrung:** Hinweise für die Aufbewahrung zu Hause: entweder sofort zubereiten oder bei -18°C mindestens haltbar bis Ende: siehe Aufdruck

**Zutaten:** Zutaten: Paprika 37%, Wasser, Tomatenmark 10%, Sonnenblumenöl, Zwiebel, Stärke, Zucker, Speisesalz jodiert (Salz, Kaliumjodid), Würzmittel (Speisesalz, Maltodextrin, Gewürze), Knoblauchpulver, Paprikapulver.

**Alkoholgehalt:**

**Portionen:** 2

**Nährwertanspruch:**

**Verwendungs  
hinweis:**

**Zubereitung &  
Anweisung:** Zubereitung unter Benutzung von Mikrowellen IN DER MIKROWELLE: Das noch tiefgefrorene iglo Letscho in eine mikrowellengeeignete Schüssel geben. Zugedeckt bei 600 Watt ca. 12 Minuten erhitzen. Nach der halben Kochzeit den Block zerteilen und 2 Minuten vor Ende der Kochzeit umrühren.,Erhitzen und servieren - Vor dem Servieren erhitzen oder erwärmen IM TOPF: iglo Letscho tiefgekühlt mit ca. 2 Esslöffel Wasser in einen Topf geben und erhitzen. Ca. 12 Minuten bei mittlerer Hitze zubereiten. Dabei mehrmals umrühren.

**Abmessungen:** Nettogehalt 450.00 Gramm,Bruttogewicht 468.00 Gramm

**Kontakt:** Name: Iglo Austria; Adresse: Marchfelder Str. 2, 2301 Groß-Enzersdorf; Webseite: www.iglo.at; Telefon: 0810 300 407

**Allergene:**

**Attribute:** Labelinformationen Umwelt und Verpackung GREEN\_DOT GREEN DOT - ARA (Verpackungskennzeichen)

### Nährwerte pro 100 Gramm Zubereitet

Haushaltsportion

NAEHRSTOFF

	Ungefährer Wert (-)	Wert Einheit	Tages %
Energie	Ungefährer Wert (-)	234 Kilojoule	
Energie	Ungefährer Wert (-)	56 Kilokalorie	
Fett	Ungefährer Wert (-)	2.7 Gramm	
davon gesättigte Fettsäuren	Ungefährer Wert (-)	0.3 Gramm	
Kohlenhydrate	Ungefährer Wert (-)	6 Gramm	
davon Zucker	Ungefährer Wert (-)	4.4 Gramm	
Ballaststoffe	Ungefährer Wert (-)	1.3 Gramm	
Eiweiß	Ungefährer Wert (-)	1.3 Gramm	
Salz	Ungefährer Wert (-)	0.98 Gramm	

## Letscho tiefgekühlt

### Nährwerte pro 1 Portion Zubereitet

Haushaltsportion pro Portion\*\* (225 g)

#### NAEHRSTOFF

	Ungefährer Wert (-)	Wert Einheit	Tages %
Energie	Ungefährer Wert (-)	536 Kilojoule	6,00 %
Energie	Ungefährer Wert (-)	128 Kilokalorie	6,00 %
Fett	Ungefährer Wert (-)	6.1 Gramm	
davon gesättigte Fettsäuren	Ungefährer Wert (-)	0.7 Gramm	
Kohlenhydrate	Ungefährer Wert (-)	14 Gramm	
davon Zucker	Ungefährer Wert (-)	10 Gramm	
Ballaststoffe	Ungefährer Wert (-)	2.9 Gramm	
Eiweiß	Ungefährer Wert (-)	2.9 Gramm	
Salz	Ungefährer Wert (-)	2.2 Gramm	