



Familjelåda vecka 11

Favoriten



Husets korvstroganoff.



En riktig vardagsklassiker som vi gör krämig och god med svensk smalukorv (nöt & kyckling), ekologiska tomater, ekologisk laktosfri grädde och ekologiska kryddor. Servera med ris, bulgur, matvete eller kokt potatis.

Näring/100g: Kcal:147, fett:11,5g, kolhydrater:6,5g, protein:4,7g.

Krämig pastasås med lövbiff & paprika



En härlig pastarätt perfekt till vardags. Vi gör pastasåsen krämig och smakrik med svenskt strimlat nötkött, ekologisk laktosfri grädde, ekologisk lök och färsk paprika smaksatt med ekologisk fransk senap, sambal oelek och vitlök. Servera med penne eller glutenfri pasta.

Näring/100g: Kcal:122, fett:8,2g, kolhydrater:2,7g, protein:8,9g.

Citronkyckling med café de parissås



Svensk kycklingfilé som vi marinerar med KRAV-märkt citron och ekologiska örter. Den smakrika och goda Café de Paris-såsen baseras på laktosfri ekologisk grädde och många olika ekologiska kryddor. Servera med rostad potatis eller rostade rotsaker.

Kyckling/100g: Kcal:209, fett:7,3g, kolhydrater:0,9g, protein:34,6g.

Crème/100g: Kcal:149, fett:14,3g, kolhydrater:3,2g, protein:1,3g.

Hirsbiffar med kall basilikasås



Smarriga vegetariska biffar på ekologiska och KRAV-märkta råvaror som hirs, ägg, soltorkade tomater, fetaost, färskost och crème fraiche. Den kalla basilikasåsen baseras på KRAV-märkt yoghurt, KRAV-märkt majonnäs och färsk basilika. Servera med kokt potatis, rostad potatis eller rostade rotsaker.

Biffar/100g: Kcal:288, fett:18,5g, kolhydrater:18,8g, protein:9,5g.

Sås/100g: Kcal:269, fett:16,2g, kolhydrater:4,5g, protein:5,1g.



Måltider märkta med symbolen uppfyller kriterierna för konceptet One Planet Plate.

