

Linsen-Bratling

SICCA Linsen-Bratling ist eine Mischung aus Linsen und vollwertigen und wohlschmeckenden Zutaten mit einem hohen Proteingehalt.

Zubereitung: 1 kg SICCA Linsen-Bratling in 1 Liter kaltes Wasser anrühren und 30 Minuten quellen lassen. Ausformen - ergibt 20 Bratlinge á 100 g. In wenig Fett von beiden Seiten goldgelb knusprig anbraten. Die angerührte Masse SICCA-Linsen-Bratling eignet sich auch zum Füllen von Gurken, Paprika, Tomaten und Zucchini. SICCA-Linsen-Bratling ist durch den hohen Eiweißgehalt besonders für Vegetarier und Sportler geeignet.

Dosierung: 1 kg SICCA Linsen-Bratling für 1 Liter kaltes Wasser.

Haltbarkeit: Ab Produktionsdatum 18 Monate haltbar.

[Zum Produkt](#)

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	798 kj
Brennwert kcal	191 kcal
Fett	6.20 g
davon gesättigte Fettsäuren	0.90 g
Kohlenhydrate	23.30 g
davon Zucker	4.30 g
Eiweiß	10.20 g
Salz	1.70 g

Allergene

glutenhaltiges Getreide	Ja
Hühnerei	Ja
Soja	Ja

Zutaten

Kartoffelflocken, Linsen, modifizierte Kartoffelstärke, Maltodextrin, HühnervollEipulver, pflanzliches Fett ungehärtet (Sonnenblumen), Erbsenprotein, Zwiebeln, SOJAeiweißkonzentrat, aufgeschlossenes Pflanzeneiweiß (Raps), Karotten, Zucker, LACTOSE, Speisesalz, Verdickungsmittel: Xanthan, MILCHEiweiß, Petersilie, Pfeffer weiß.