

Garten-Gemüse-Bratling

SICCA Garten-Gemüse-Bratling ist eine deklarationsfreie Bratlingmischung zur Herstellung von vollwertigen und wohlschmeckenden Gemüse-Bratlingen, Gemüsefüllungen, Grundlagen für Gemüseaufläufe und Gemüsebällchen für Suppeneinlagen. SICCA Garten-Gemüse-Bratling kann nach Bedarf bis zu 40 % mit Gemüse und Pilzen angereichert werden. Der Masse können zusätzlich Kräuter und/oder ländertypische Gewürze zugegeben werden. Die angerührte Masse SICCA Garten-Gemüse-Bratling eignet sich auch zum Füllen von Paprika, Tomaten, Zucchini, Fleisch- und Kohlrouladen. Für Fingerfood in max. 1 - 2 Bissen große Stücke schneiden. SICCA Garten-Gemüse-Bratling ist für die Vollwertkost, aber auch für die vegetarische Kost als Zwischenmahlzeit oder Hauptgericht mit Vollkornreis und SICCA Tomatensauce, sowie bei erhöhtem Energiebedarf und Appetitlosigkeit bestens geeignet.

Zubereitung: SICCA Garten-Gemüse-Bratling in kaltem Wasser anrühren und 15 Minuten quellen lassen. Ausformen. In wenig Fett von beiden Seiten goldgelb knusprig anbraten.

Dosierung: 1 kg SICCA Garten-Gemüse-Bratling für 1,2 Liter kaltes Wasser = 20 Bratlinge à 110 g.

Haltbarkeit: Ab Produktionsdatum 18 Monate haltbar.

Und hier gibt's [Rezeptvorschläge zum Download](#).

[Zum Produkt](#)

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	825 kj
Brennwert kcal	197 kcal
Fett	7.3 g
davon gesättigte Fettsäuren	4 g
Kohlenhydrate	23.1 g
davon Zucker	3.6 g
Eiweiß	9.6 g
Salz	1.7 g

Allergene

Hühnerei	Ja
Soja	Ja

Zutaten

Kartoffelflocken, SOJAeiweißkonzentrat, Gemüse- und Kräutermischung 13,5 % (Zwiebeln, Karotten, Lauch, Petersilie), modifizierte Kartoffelstärke, pflanzliches Fett ungehärtet (Palm), Maltodextrin, HühnervollEipulver, Quinoa, aufgeschlossenes Pflanzeneiweiß, Fructose, Speisesalz, Verdickungsmittel: Xanthan; Pfeffer weiß.