



**Opvarmningsvejledning:**

1. Tag suppen ud fra frost
2. Løft låget lidt på emballagen, så der kan komme luft ind til retten under tilberedning
3. Stil retten i mikroovnen ved 600 – 700 W i ca. 5 min. Til den har opnået en kerntemperatur på 75°C

Nettovægt 180 gram

**Aspargessuppe med persille pynt**

Cremet

**Ingredienser:**

Suppe (kogt på vand, kylling, gulerod, porre, pastinak, løg, **selleri**)  
 Asparges (konserves), **fløde**, **smør**, modificeret majsstivelse, persille,  
 rapsolie, salt, Adozan protein (okse, **mælk**), geleringsmiddel: agar,  
 fortykningsmiddel: xanthangummi, peber, citronsaft, sukker

**Næringsindhold pr. 100 gram.**

Energi	469kJ / 112kcal
Fedt	9 g
Heraf mættet fedtsyrer	4,3 g
Kulhydrat	3 g
Heraf sukkerarter	1 g
Protein	4,7 g
Salt	0,3 g
Fiber	0,8 g

**Gulerodssuppe med flødeost**

Cremet

**Ingredienser:**

Suppe (kogt på vand, kylling, gulerod, porre, pastinak, løg, **selleri**)  
 gulerod, **flødeost**, løg, rapsolie, appelsin, tomatpure, **smør**, Adozan  
 protein (okse, **mælk**), hvidløg, salt, modificeret majsstivelse, sukker,  
 chili, peber

**Næringsindhold pr. 100 gram.**

Energi	463kJ / 110kcal
Fedt	8,0g
Heraf mættede fedtsyrer	3,4g
Kulhydrat	4,5g
Heraf sukkerarter	3,4g
Protein	4,8g
Salt	0,3g
Kostfibre	1,2g

**Tomatsuppe med flødeost**

Cremet

**Ingredienser:**

Tomat, flået, konserves, suppe (kogt på vand, kylling, gulerod, porre,  
 pastinak, løg, **selleri**), løg, gulerod, **fløde**, **flødeost**, tomatpure, **smør**,  
 olivenolie, Adozan protein (okse, **mælk**), hvidløg, modificeret majs-  
 stivelse, basilikum, salt, peber, sukker, chili

**Næringsindhold pr. 100 gram**

Energi	434kJ / 103kcal
Fedt	7,8g
Heraf mættede fedtsyrer	3,5g
Kulhydrat	3,6g
Heraf sukkerarter	2,1g
Protein	4,6g
Salt	0,2g
Kostfibre	0,9g

**Ærtesuppe med flødeost**

Cremet

**Ingredienser:**

Ærter, suppe (kogt på vand, kylling, gulerod, porre, pastinak, løg,  
**selleri**), **fløde**, **flødeost**, salt, skalotteløg, olivenolie, hvidløg,  
 modificeret majsstivelse, peber, timian

**Næringsindhold pr. 100 gram**

Energi	460kJ / 110kcal
Fedt	7,3g
Heraf mættede fedtsyrer	3,4g
Kulhydrat	5,6g
Heraf sukkerarter	2,7g
Protein	5,5g
Salt	0,1g
Kostfibre	0g