

**Riesen Germknödel mit Powidlfüllung, vorgekocht, mit Mohn und Zucker, tiefgekühlt**

Kennzeichnung:	Nach dem Auftauen nicht wieder einfrieren! Bitte achten Sie darauf, dass das Produkt vor dem Verzehr vollständig durchgegart ist!
Aufbewahrung:	Hinweise für die Aufbewahrung zu Hause: entweder sofort zubereiten oder bei -18°C mindestens haltbar bis Ende: siehe Aufdruck
Zutaten:	Zutaten: Germknödel (450g): WEIZENMEHL, Wasser, Powidl 14% (Pflaumen, Zucker), Zucker, Hefe, VOLLMILCH, Ei, HÜHNEREIWEISS, Rapsöl, Speisesalz, natürliches Aroma, natürliches Zitronen-Aroma. Mohn-Zucker-Gemisch (50g): Staubzucker 65%, Mohn 35%.
Alkoholgehalt:	
Portionen:	3
Nährwertanspruch:	
Verwendungs hinweis:	
Zubereitung & Anweisung:	Daempfen- Das Wasser wird bis zum verdampfen aufgekocht. Dampf transportiert Hitze Im Topf über Dampf: Einen befetteten Dämpfeinsatz oder ein Sieb in einen Topf geben und bis zur Einsatzhöhe mit heißem Wasser füllen. Das Wasser zum Kochen bringen, den tiefgekühlten Germknödel mit der flachen Seite nach unten auf den Einsatz legen und zugedeckt ca. 15-17 Minuten bei 95-100°C dämpfen. Germknödel nicht direkt im kochenden Wasser zubereiten!,Zubereitung unter Benutzung von Mikrowellen In der Mikrowelle: Den tiefgekühlten Germknödel mit Wasser benetzen und auf einem leicht befetteten mikrowelleneigneten Geschirr zugedeckt bei 650-750 Watt für 2:00 - 2:20 Minuten erhitzen (2 Knödel 3:40 Min, 3 Knödel 4:40 Min). Die ideale Zubereitungszeit hängt vom jeweiligen Mikrowellengerät ab.
Abmessungen:	Nettogehalt 500.00 Gramm,Bruttogewicht 555.00 Gramm
Kontakt:	Name: Iglo Austria; Adresse: Marchfelder Str. 2, 2301 Groß-Enzersdorf; Webseite: www.iglo.at; Telefon: 0810 300 407
Allergene:	Enthält - Ist im Produkt enthalten Eier und -erzeugnisse,Glutenhaltiges Getreide sowie daraus hergestellte Erzeugnisse,Milch und Milcherzeugnisse
Attribute:	Labelinformationen Umwelt und Verpackung GREEN_DOT GREEN DOT - ARA (Verpackungskennzeichen)

**Nährwerte pro 100 Gramm Zubereitet**

Haushaltsportion		Wert	Einheit	Tages %
NAEHRSTOFF				
Energie	Ungefährer Wert (-)	1151	Kilojoule	
Energie	Ungefährer Wert (-)	272	Kilokalorie	
Fett	Ungefährer Wert (-)	4.3	Gramm	
davon gesättigte Fettsäuren	Ungefährer Wert (-)	0.6	Gramm	
Kohlenhydrate	Ungefährer Wert (-)	51	Gramm	
davon Zucker	Ungefährer Wert (-)	20	Gramm	
Ballaststoffe	Ungefährer Wert (-)	2.2	Gramm	
Eiweiß	Ungefährer Wert (-)	6.3	Gramm	
Salz	Ungefährer Wert (-)	0.62	Gramm	

# Riesen Germknödel mit Powidlfüllung, vorgekocht, mit Mohn und Zucker, tiefgekühlt

## Nährwerte pro 1 Portion Zubereitet

Haushaltsportion	pro Portion** (=166 g, 1 Stück)		Wert	Einheit	Tages %
NAEHRSTOFF					
Energie		Ungefährer Wert (-)	1911	Kilojoule	23,00 %
Energie		Ungefährer Wert (-)	452	Kilokalorie	23,00 %
Fett		Ungefährer Wert (-)	7.2	Gramm	
davon gesättigte Fettsäuren		Ungefährer Wert (-)	0.9	Gramm	
Kohlenhydrate		Ungefährer Wert (-)	85	Gramm	
davon Zucker		Ungefährer Wert (-)	33	Gramm	
Ballaststoffe		Ungefährer Wert (-)	3.7	Gramm	
Eiweiß		Ungefährer Wert (-)	10	Gramm	
Salz		Ungefährer Wert (-)	1	Gramm	