

## Braiseret Kalvespidsbryst (ca. 500 g)

<b>Braiseret Kalvespidsbryst</b>			
Næringsindhold pr. pers.		Næringsindhold pr. 100g	
Energi	2848 kJ/ 678 kcal	Energi	508 kJ/ 121 kcal
Fedt	46 g	Fedt	8,2 g
Heraf mættede fedtsyrer	29 g	Heraf mæt- tede fedtsyrer	5,2 g
Kulhydrater	38 g	Kulhydrater	6,7 g
Heraf sukkerarter	7,7 g	Heraf sukkerarter	1,4 g
Protein	22 g	Protein	3,9 g
Kostfibre	6,2 g	Kostfibre	1,1 g

### Ingredienser:

#### Braiseret Spidsbryst:

Kalvespidsbryst, vand, rødvin, piskefløde, oksefond, løg, gulerod, timian, revet peberrod.

Grov kartoffelmos: Bagekartofler, gulerødder, knoldselleri, piskefløde, smør, salt, peber.

Asparges