

## VEGGOFIX MEATY MINCE

### **EN Plant based alternative to minced meat**

**Ingredients:** soy and wheat proteins, oat flour, wheat semolina, onion, garlic, maltodextrin, potato starch, smoked paprika, allspice, lovage, chili, thyme, cocoa, flavor enhancer: monosodium glutamate, salt, vitamin B12.

Contains soy and gluten. Produced in a facility that processes allergens such as peanuts, tree nuts, celery, mustard, sesame, lupine, sulfites, milk, egg, and fish. Store in a cool dry place.

**Nutritional values for 100g dry blend:** Energy 347Kcal/1465KJ, Fats 3.7g of which saturated fat 1.1g, Carbohydrates 29.4g of which sugars 3.8g, Fibers 9.8g, Protein 44.1g, Salt 1.7g, Potassium 1.0g, Vitamin B12 2.5µg

**Nutritional values for 100g serving\*:** Energy 234Kcal/978KJ, Fats 8.7g of which saturated fat 1.3g, Carbohydrates 14.7g of which sugars 1.9g, Fibers 4.9g, Protein 22.1g, Salt 0.8g, Potassium 0.5g, Vitamin B12 1.25µg

\*After preparation with water and sunflower oil

**Preparation:** Mix 200g of dry blend with 250ml (1 cup) of water. Let it hydrate over 3 minutes for a firmer mince. Pour 1-2 tbsp of oil in a frying pan or in the mixture (for baking). Make shapes like with minced meat. Fry for 6-12 min at medium heat or bake for 15-20 min at 200°C. Thin shapes cook faster. Stir fried mince is done in 5 min. Cook till golden brown for best results.

**Produced in EU for VEGGOFIX FOODS SRL.**

### **EE Taimne alternatiiv hakklihale**

**Koostisosad:** soja- ja nisuproteiinid, kaerajahu, nisu manna, sibul, küüslauk, maltodekstriin, kartulitärklis, suitsupaprika, piment, leevik, tšilli, tüümian, kakao, maitsetugevdaja: naatriumglutamaat, sool, vitamiin B12. Sisaldab soja ja gluteeni. Toodetud tehases, mis töötleb allergeene nagu maapähklid, pähklid, seller, sinep, seesam, lupiin, sulfitid, piim, muna ja kala. Hoida jahedas kuivas kohas.

**Toiteväärtus 100g kuivsegu kohta:** Energia 347Kcal/1465KJ, Rasvad 3.7g millest küllastunud rasvad 1.1g, Süsivesikud 29.4g millest suhkrud 3.8, Kiudained 9.8g, Valk 44.1g, Sool 1.7g, Kaalium 1.0, Vitamiin B12 2.5µg

**Toiteväärtus 100g portsjoni kohta\*:** Energiat 234Kcal/978KJ, Rasvad 8.7g millest küllastunud rasvu 1.3g, Süsivesikud 14.7g millest suhkrud 1.9, Kiudained 4.9g, Valgud 22.1g, Sool 0.8g, Kaalium 0.5g, Vitamiin B12 1.25µg

\*Pärast valmistamist vee ja päevalilleõliga

**Valmistamine:** Sega 200g kuivsegu 250ml (1 tass) veega. Tugevama "hakkliha" saamiseks laske sellel 3 minutit niisutada. Vala pannile või segusse (küpsetamiseks) 1-2 spl õli. Tee kujundid nagu hakklihaga. Prae 6-12 min keskmisel kuumusel või küpseta 15-20 min 200°C juures. Õhukesed vormid küpsevad kiiremini. Praetud hakkliha valmib 5 minutiga. Parimate tulemuste saamiseks küpseta kuldpruuniks.

**Toodetud ELis ettevõttele VEGGOFIX FOODS SRL.**