

## 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.**

### **LV Augu bāzes alternatīva maltai gaļai**

**Sastāvs:** sojas un kviešu olbaltumvielas, auzu milti, kviešu manna, sīpoli, ķiploki, maltodekstrīns, kartupeļu ciete, kūpināta paprika, smaržīgie pipari, sīpoli, čili, timiāns, kakao, garšas pastiprinātājs: mononātrija glutamāts, sāls, B12 vitamīns.

Satur soju un glutēnu. Ražots iekārtā, kurā tiek apstrādāti alergēni, piemēram, zemesrieksti, koku rieksti, selerijas, sinepes, sezams, lupīna, sulfīti, piens, olas un zivis. Uzglabāt vēsā, sausā vietā.

**Uzturvērtības 100g sausajam maisījumam:** Enerģija 347Kcal/1465KJ, Tauki 3.7g no tiem piesātinātie tauki 1.1g, Oglhidrāti 29.4g no tiem cukuri 3.8, Šķiedrvielas 9.8g, olbaltumvielas 44.1g, Sāls 1.7g, kālijs, 1.0g, B12 vitamīns 2,5µg

**Uzturvērtības 100g porcijai\*:** Enerģija 234Kcal/978KJ, Tauki 8.7g no tiem piesātinātie tauki 1.3g, Oglhidrāti 14.7g no tiem cukuri 1.9, Šķiedrvielas 4.9g, olbaltumvielas 22.1g, Sāls 0.8g, kālijs 0.5g, B12 vitamīns 1.25µg

\*Pēc sagatavošanas ar ūdeni un saulespuķu eļļu

**Pagatavošana:** Sajauc 200g sausā maisījuma ar 250ml (1 tase) ūdens. Ļaujiet tai hidratēt 3 minūtes, lai iegūtu stingrāku "malto gaļu." Pannā vai maisījumā (cepšanai) ielej 1-2 ēdamkarotes eļļas. Veidojiet tādas formas kā ar malto gaļu. Cep 6-12 min uz vidējas uguns vai cep 15-20 min 200°C. Plānas formas pagatavo ātrāk. Maisot apcepto malto gaļu pagatavo 5 minūtēs. Lai iegūtu labākos rezultātus, pagatavojiet līdz zeltaini brūnai.

**Ražots ES uzņēmumam VEGGOFIX FOODS SRL.**