



TORTAS DE BACALAO



INGREDIENTES

Agua, harina de **trigo**, **bacalao** (6,6%), **pescado** blanco (6,4%), aceite de girasol, suero de **leche**, perejil, sal, cebollino, **huevo** en polvo, ajo, concentrado de vegetales, espesante (goma xantana) y emulgente (E 472e) . Consultar **trazas de alérgenos**.

ALÉRGENOS:

Contiene gluten, leche, huevo y pescado.

Este producto ha sido elaborado en una fábrica que emplea: **soja, crustáceos, moluscos, frutos de cáscara, apio, mostaza y sésamo**.

PREPARACIÓN

No es necesario descongelar.

Sartén/Freidora: Freír directamente sin descongelar en abundante aceite bien caliente (190°C) de 2 a 2.5 minutos, dándoles la vuelta a mitad del tiempo.

Horno: Precalentar el horno a 220°C, colocar las tortas en una bandeja a media altura y hornear durante 9-10 minutos, dándoles la vuelta a mitad del tiempo.

Sugerencia: Freír en pequeñas cantidades.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Información nutricional media	100 g (4 uds)	% IR*
Valor energético (kJ/kcal)	946/227	11%
Grasas (g)	13	19%
de las cuales saturadas (g)	3	15%
Hidratos de carbono (g)	22	8%
de los cuales azúcares (g)	2,2	2%
Fibra alimentaria (g)	1,6	-
Proteínas (g)	4,9	10%
Sal (g)	0,48	8%

IR*: Ingesta de referencia de un adulto medio (8400 kJ/2000 kcal)

Este envase contiene 3 porciones aproximadamente.