

## 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.**

### **RO Alternativă pe bază de plante la carnea tocată**

**Ingrediente:** proteine din soia și grâu, făină de ovăz, griș de grâu, ceapă, usturoi, maltodextrina, amidon de cartofi, boia de ardei afumată, ienibahar, leuştean, chili, cimbru, cacao, potențiator de aromă: glutamat monosodic, sare, vitamina B12.

Conține soia și gluten. Produs într-o fabrică care procesează alergeni precum arahide, nuci, țelină, muștar, susan, lupin, sulfiți, lapte, ou și pește. A se păstra într-un loc uscat și răcoros.

**Valori nutriționale pentru 100g amestec uscat:** Energie 347Kcal/1465KJ, Grăsimi 3,7g din care grăsimi saturate 1,1g, Carbohidrați 29,4g din care zaharuri 3,8g, Fibre 9,8g, Proteine 44,1g, Sare 1,7g, Potasiu 1,0g, Vitamina B12 2,5µg

**Valori nutriționale pentru o porție de 100g\*:** Energie 234Kcal/978KJ, Grăsimi 8,7g din care grăsimi saturate 1,3g, Carbohidrați 14,7g din care zaharuri 1,9g, Fibre 4,9g, Proteine 22,1g, Sare 0,8g, Potasiu 0,5g, Vitamina B12 1,25µg

\*După prepararea cu apă și ulei de floarea soarelui

**Mod de preparare:** Se amestecă 200 g de amestec uscat cu 250 ml (1 cană) de apă. Lasă-l să se hidrateze timp de 3 minute pentru o tocătură mai fermă. Se toarnă 1-2 linguri de ulei într-o tigaie sau în amestec (pentru copt). Modelați forme la fel ca cele din carne tocată. Prăjiți 6-12 min la foc mediu sau coaceți 15-20 min la 200°C. Formele subțiri se gătesc mai repede. Tocătura prăjită este gata în 5 min. Gătiți până se rumenește pentru cele mai bune rezultate.

**Produs în UE pentru VEGGOFIX FOODS SRL.**