

PORTIONSFILETS MIT INNOVATIVEN PANADEN!

NEU!

Pickenpack
Seafoods

Zubereitungsempfehlung: Portionen unaufgetaut zubereiten. Nach dem Auftauen nicht wieder einfrieren.

Pfanne: Soviel Fett oder Öl in die Pfanne geben, dass der Boden in Höhe von ca. 1 cm bedeckt ist, vorheizen. Portionsfilet unaufgetaut hineingeben und unter einmaligem Wenden bei mittlerer Hitze ca. 8-10 Minuten knusprig braten.

Fritteuse: Fritteuse auf 175 °C vorheizen, Portionsfilet unaufgetaut hineingeben und ca. 5 Minuten frittieren.

Backofen: Backofen auf 220 °C vorheizen. Die Portionsfilets auf ein Backblech mit Backpapier geben und bei 220 °C ca. 20 Minuten goldbraun backen.

Konvektomat: Konvektomaten auf 200 °C vorheizen. Die Portionsfilets auf ein Gastronormblech geben und bei 200 °C ca. 20 Minuten goldbraun backen.

MSC Alaska-Seelachs-Portionsfilets „Röstzwiebel“, 100g



Aus Alaska-Seelachsfilet, praktisch grätenfrei, aus Blöcken geschnitten, aus Fischstücken zusammengefügt, **in feinem Paniermehl mit Röstzwiebeln paniert, vorgebraten**, tiefgefroren.

Nährwerte (100g enthalten im Ø):

Brennwert	918 kJ / 219 kcal
Fett	10,0 g
- davon gesättigte Fettsäuren	0,9 g
Kohlenhydrate	19,0 g
- davon Zucker	0,9 g
Eiweiß	13,0 g
Salz	1,28 g
Ballaststoffe	0,46 g

Portionsgewicht: **100 g**
Kartoninhalt: ca. **60 x 100 g = 6 kg**
Art.-Nr. : 73510



MSC Alaska-Seelachs-Portionsfilets „Kürbiskern“, 100g



Aus Alaska-Seelachsfilet, praktisch grätenfrei, aus Blöcken geschnitten, aus Fischstücken zusammengefügt, **mit Paniermehl und Kürbiskernen paniert, vorgebraten**, tiefgefroren.

Nährwerte (100g enthalten im Ø):

Brennwert	980 kJ / 234 kcal
Fett	12,0 g
- davon gesättigte Fettsäuren	1,3 g
Kohlenhydrate	17,0 g
- davon Zucker	1,0 g
Eiweiß	14,0 g
Salz	1,25 g
Ballaststoffe	1,1 g

Portionsgewicht: **100 g**
Kartoninhalt: ca. **60 x 100 g = 6 kg**
Art.-Nr. : 73520



MSC Alaska-Seelachs-Portionsfilets „Mehrkorn“, 100g



Aus Alaska-Seelachsfilet, praktisch grätenfrei, aus Blöcken geschnitten, aus Fischstücken zusammengefügt, **mit Paniermehl und Saaten paniert, vorgebraten**, tiefgefroren.

Nährwerte (100g enthalten im Ø):

Brennwert	981 kJ / 234 kcal
Fett	12,0 g
- davon gesättigte Fettsäuren	1,2 g
Kohlenhydrate	17,0 g
- davon Zucker	0,7 g
Eiweiß	14,0 g
Salz	1,03 g
Ballaststoffe	1,2 g

Portionsgewicht: **100 g**
Kartoninhalt: ca. **60 x 100 g = 6 kg**
Art.-Nr. : 73530



PORTIONSFILETS MIT INNOVATIVEN PANADEN!

NEU!

Pickenpack
Seafoods

Zubereitungsempfehlung: Portionen unaufgetaut zubereiten. Nach dem Auftauen nicht wieder einfrieren.

Pfanne: Soviel Fett oder Öl in die Pfanne geben, dass der Boden in Höhe von ca. 1 cm bedeckt ist, vorheizen. Portionsfilet unaufgetaut hineingeben und unter einmaligem Wenden bei mittlerer Hitze ca. 8-10 Minuten knusprig braten.

Fritteuse: Fritteuse auf 175 °C vorheizen, Portionsfilet unaufgetaut hineingeben und ca. 5 Minuten frittieren.

Backofen: Backofen auf 220 °C vorheizen. Die Portionsfilets auf ein Backblech mit Backpapier geben und bei 220 °C ca. 20 Minuten goldbraun backen.

Konvektomat: Konvektomaten auf 200 °C vorheizen. Die Portionsfilets auf ein Gastronormblech geben und bei 200 °C ca. 20 Minuten goldbraun backen.

MSC Alaska-Seelachs-Portionsfilets „Müllerin Art“, 100g



Aus Alaska-Seelachsfilet, praktisch grätenfrei, aus Blöcken geschnitten, aus Fischstücken zusammengefügt, **in feiner Mehlpanade mit Petersilie, vorgebraten**, tiefgefroren.

Nährwerte (100g enthalten im Ø):

Brennwert	871 kJ / 208 kcal
Fett	10,0 g
- davon gesättigte Fettsäuren	0,9 g
Kohlenhydrate	16,0 g
- davon Zucker	0,4 g
Eiweiß	13,0 g
Salz	1,23 g
Ballaststoffe	1,0 g

Portionsgewicht: **100 g**
Kartoninhalt: ca. **60 x 100 g = 6 kg**
Art.-Nr. : 73540



MSC Alaska-Seelachs-Portionsfilets „Pretzel“, 100g



Aus Alaska-Seelachsfilet, praktisch grätenfrei, aus Blöcken geschnitten, aus Fischstücken zusammengefügt, **mit Laugengebäck-Paniermehl paniert, vorgebraten**, tiefgefroren.

Nährwerte (100g enthalten im Ø):

Brennwert	887 kJ / 212 kcal
Fett	10,0 g
- davon gesättigte Fettsäuren	0,9 g
Kohlenhydrate	17,0 g
- davon Zucker	0,2 g
Eiweiß	13,0 g
Salz	0,95 g
Ballaststoffe	0,9 g

Portionsgewicht: **100 g**
Kartoninhalt: ca. **60 x 100 g = 6 kg**
Art.-Nr. : 73550



MSC Alaska-Seelachs-Portionsfilets „Cornflakes“, 100g



Aus Alaska-Seelachsfilet, praktisch grätenfrei, aus Blöcken geschnitten, aus Fischstücken zusammengefügt, **in Cornflakes-Panade, vorgebraten**, tiefgefroren.

Nährwerte (100g enthalten im Ø):

Brennwert	939 kJ / 224 kcal
Fett	10,0 g
- davon gesättigte Fettsäuren	0,9 g
Kohlenhydrate	20,0 g
- davon Zucker	0,8 g
Eiweiß	13,0 g
Salz	1,1 g
Ballaststoffe	1,0 g

Portionsgewicht: **100 g**
Kartoninhalt: ca. **60 x 100 g = 6 kg**
Art.-Nr. : 73560

