

Capuns Val Müstair

Artikel Nr. 5001

Herkunft Schweizer Produkt.

Aufbewahrung Gekühlt aufbewahren bei 5°C.

Zutaten **Weissmehl**, Abschnitte Rohpökelwaren, **Eier**, **Milch**, Wasser, Kochsalz jodiert, Gewürze, Mangoldblätter, Aroma.

Zubereitung Capuns in eine feuerfeste Form legen, mit etwas Rahm angießen (ca. 1/3). Bündner Bergkäse gerieben darüberstreuen und im vorgeheizten Ofen bei 150°C 35 Minuten gratinieren.

Nährwerte/ Valeurs nutritives	Energie/Énergie	245 kcal / 1025 kJ
<i>100 g enthalten/</i> <i>100 g contiennent</i>	Fett/Matières grasses	2.9 g
	davon gesättigte Fettsäuren/ dont acides gras saurés	1.1 g
	Kohlenhydrate/Glucides	25.9 g
	davon Zucker/ dont sucres	0.9 g
	Ballaststoffe/Fibres	0 g
	Eiweiss/Protéine	14.6 g
	Salz/Sel	1.1 g

Enthält deklarationspflichtige Allergene: **Weissmehl**, **Eier**, **Milch**.