



Madservice-Vejen
- mad med variation




Tilberedning i mikroovn





Sådan tilbereder du maden i mikroovn:

-  Prik et par huller med en gaffel i emballagens låg (alle rum).
-  Sæt maden ind i ovnen.
-  Start ovnen på high (800 W).

 "Standard" 3 rums skal have 4-4,5 minutter

 En portion suppe skal have 2 minutter.

 Småretter (f.eks. pandekager) skal have 1,5-2 minutter.

 "Valgmenu" kød/sovs-kartofler-grøntsager samlet i ovnen 5 minutter.

 Tag maden ud og fjern filmen. Brug evt. en lille kniv

 Rør i sovs og andre flydende retter.

 Anret på en tallerken.

Velbekomme!



Madservice-Vejen

- mad med variation

