



BIETA ERBETTA CUBELLO 2500 G



Ingredienti

Bieta erbetta.

Dati tecnici

Codice Prodotto	310694
EAN Confezione	8003495106945
Peso (G)	2500
Confezioni Per Cartone	4
Cartoni Per Pallet	63

Indicazioni

In forno a vapore

Stendere il prodotto ancora surgelato in una teglia forata e mettere in forno a vapore a 98 °C. Attendere il ripristino della temperatura e lasciare cuocere 12 minuti. Togliere dal forno, strizzare leggermente ed usare nel modo desiderato.

In padella

Versare il prodotto ancora surgelato in una padella antiaderente con un filo di olio extravergine di oliva, mettere il coperchio e lasciare cuocere 14 minuti a fuoco moderato ed utilizzare nel modo desiderato.

In pentola

Versare il prodotto ancora surgelato in acqua bollente salata, attendere che l'acqua torni a bollire e lasciare cuocere 12 minuti, scolare, strizzare leggermente ed utilizzare nel modo desiderato.

Valori nutrizionali

	Per 100 G
Energia	115 kJ / 28 kcal
Grassi	0,8 g
di cui acidi grassi saturi	0 g
Carboidrati	1,4 g
di cui zuccheri	0,6 g
Fibre	3,2 g
Proteine	2,1 g
Sale	0,25 g