



INSALATA 5 CEREALI INTEGRALI E FANTASIA DI VERDURE 1000 G



Ingredienti

Cereali integrali in proporzione variabile 50% (GRANO farro, orzo, riso, avena, grano), fagiolini, peperoni grigliati, cavolfiore, carote, ceci, broccoli, fagioli Red Kidney, soia edamame. Può contenere tracce di SENAPE. Prodotto in uno stabilimento che utilizza fave.

Dati tecnici

Codice Prodotto	351316
EAN Confezione	8003495513163
Peso (G)	1000
Confezioni Per Cartone	4
Cartoni Per Pallet	180

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 4 minuti. Togliere dal forno ed usare nel modo desiderato.

In forno ventilato

Stendere il prodotto ancora surgelato con un filo di olio in una teglia e mettere in forno ventilato preriscaldato a 150 °C. Attendere il ripristino della temperatura e lasciar cuocere 8 minuti. Utilizzare a piacere.

In padella

Versare il prodotto ancora surgelato in una padella antiaderente con un filo di olio, mettere il coperchio e lasciare cuocere 7 minuti a fuoco moderato ed utilizzare nel modo desiderato.

Valori nutrizionali

	Per 100 G
Energia	455 kJ / 108 kcal
Grassi	1,2 g
di cui acidi grassi saturi	0,2 g
Carboidrati	17 g
di cui zuccheri	1 g
Fibre	5,6 g
Proteine	4,5 g
Sale	0,1 g