



MISTO BENESSERE 1000 G



Ingredienti

In proporzione variabile: cavolfiore, broccoli, cavolini di Bruxelles, cavolo romanesco.

Dati tecnici

Codice Prodotto	351206
EAN Confezione	8003495512067
Peso (G)	1000
Confezioni Per Cartone	6
Cartoni Per Pallet	90

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

In padella

Versare il prodotto ancora surgelato in una padella antiaderente con un filo di olio e 1/4 lt di acqua, mettere il coperchio e lasciare cuocere 11 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 6 minuti, scolare ed utilizzare nel modo desiderato.

Valori nutrizionali

	Per 100 G
Energia	118 kJ / 28 kcal
Grassi	0,5 g
di cui acidi grassi saturi	0 g
Carboidrati	2,2 g
di cui zuccheri	1,4 g
Fibre	2,6 g
Proteine	2,4 g
Sale	0,05 g
Vitamina C	30 mg