



BROCCOLI ROSETTE IQF BIO 2500 G



Ingredienti

Broccoli.

Dati tecnici

Codice Prodotto	319013
EAN Confezione	8003495011379
Peso (G)	2500
Confezioni Per Cartone	3
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 9 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 extravergine di oliva e 6 cucchiaini di acqua, mettere il coperchio e lasciare cuocere 20 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 8 minuti, scolare e utilizzare nel modo desiderato.

Valori nutrizionali

	Per 100 G
Energia	102 kJ / 24 kcal
Grassi	0 g
di cui acidi grassi saturi	0 g
Carboidrati	2 g
di cui zuccheri	1,8 g
Fibre	3 g
Proteine	2,6 g
Sale	0,05 g