



## SPINACI GUSTO RICCO 150 G



### *Ingredienti*

Spinaci 92%, olio di semi di girasole, olio extravergine di oliva, sale, aglio.

## Dati tecnici

Codice Prodotto	353147
EAN Confezione	8003495531471
Peso (G)	150
Confezioni Per Cartone	12
Cartoni Per Strato	9
Cartoni Per Pallet	180

## Indicazioni

### In padella

Versa gli Spinaci surgelati in una padella antiaderente con un cucchiaino di acqua e cuoci per 5 minuti circa, senza coperchio, girando di tanto in tanto.

### Nel microonde

Appoggia la busta ancora sigillata su un piatto, con la saldatura posteriore rivolta verso l'alto. Metti il piatto nel microonde e avvialo per 3 minuti a 750 Watt o per 2 minuti e mezzo a 900 Watt. Terminata la cottura togli il piatto e la busta dal microonde e attendi 1-2 minuti prima di aprire la confezione. Versa gli Spinaci in un recipiente e utilizzali nel modo desiderato. ATTENZIONE: non aprire né forare la confezione prima di metterla nel microonde. Dopo la cottura la busta è molto calda, toccala solo alle estremità.

## Valori nutrizionali

	Per 100 G	Per Porzione (150 G)
Energia	298 kJ / 72 kcal	447 kJ / 108 kcal
Grassi	5,6 g	4,8 g
di cui acidi grassi saturi	0,7 g	1,1 g
Carboidrati	1,1 g	1,7 g
di cui zuccheri	0 g	0 g
Fibre	2,4 g	3,6 g
Proteine	3,1 g	4,7 g
Sale	0,48 g	0,7 g