



CONTORNO GUSTO RICCO 150 G



Ingredienti

Melanzane prefritte (melanzane, olio di semi di girasole), carote, taccole (piselli mangiatutto), fagiolini.

Dati tecnici

Codice Prodotto	353149
EAN Confezione	8003495531495
Peso (G)	150
Confezioni Per Cartone	12
Cartoni Per Strato	9
Cartoni Per Pallet	180

Indicazioni

In padella

Versa il Contorno surgelato in una padella antiaderente con un filo d'olio extravergine di oliva. Chiudi con coperchio e cuoci per 4 minuti e mezzo circa.

Nel microonde

Appoggia la busta ancora sigillata su un piatto, con la saldatura 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 toglì il piatto e la busta dal microonde e attendi 1-2 minuti prima di aprire la confezione. Versa il Contorno in un recipiente e utilizzato 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	375 kJ / 90 kcal	562 kJ / 136 kcal
Grassi	6,6 g	10 g
di cui acidi grassi saturi	0,6 g	0,9 g
Carboidrati	5 g	7,5 g
di cui zuccheri	3,3 g	5 g
Fibre	2,5 g	3,8 g
Proteine	1,5 g	2,3 g
Sale	0,05 g	0,08 g