



CHICCHI DI CAVOLFIORE 1000 G



Ingredienti

Cavolfiore.

Dati tecnici

Codice Prodotto	310520
Peso (G)	1000
Confezioni Per Cartone	4
Cartoni Per Strato	9
Cartoni Per Pallet	144

Indicazioni

In forno ventilato

Stendere il prodotto ancora surgelato in una teglia e mettere in forno ventilato preriscaldato a 160°C. Attendere il ripristino della temperatura e lasciare cuocere 9 minuti.

In padella

Versare il prodotto ancora surgelato in una padella antiaderente con un filo di olio extravergine di oliva, mettere il coperchio e lasciare cuocere 8 minuti a fuoco moderato ed utilizzare nel modo desiderato.

Nel microonde

Preparare una porzione di prodotto ancora surgelato pari a 200g, versare in un contenitore adatto al microonde, chiudere con coperchio e cuocere a 800 watt per 3 minuti. Condire a piacere 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	3 g
di cui zuccheri	2,6 g
Fibre	2,1 g
Proteine	2 g
Sale	0,05 g