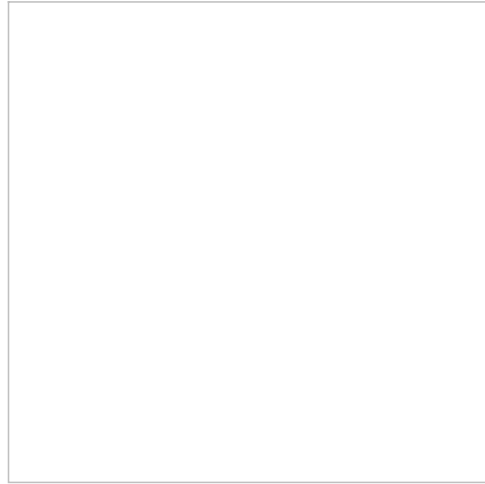




BIETA ERBETTA CUBELLO
FOGLIA PIÙ 1000 G



Ingredienti

Bieta erbetta.

Dati tecnici

Codice Prodotto	310683
Peso (G)	1000
Confezioni Per Cartone	4
Cartoni Per Pallet	135

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

In padella

Versare il prodotto ancora surgelato in una padella antiaderente con un filo d'olio extravergine di oliva e 1/2 litro di acqua, mettere il coperchio e lasciare cuocere 12 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 ed utilizzare nel modo desiderato.

Nel microonde

Preparare una porzione di prodotto ancora surgelato pari a 125g, versare in un contenitore adatto al microonde, chiudere con coperchio e cuocere a 800 W per 4 minuti.

Valori nutrizionali

	Per 100 G
Energia	84 kJ / 20 kcal
Grassi	0 g
di cui acidi grassi saturi	0 g
Carboidrati	2 g
di cui zuccheri	1,2 g
Fibre	2 g
Proteine	2 g
Sale	0,23 g
Vitamina A	600 µg (75%*)