



SPINACI CUBELLO
FOGLIA PIÙ 1.000 G



Ingredienti

Spinaci.

Dati tecnici

Codice Prodotto	310685
EAN Confezione	8003495106853
Peso (G)	1.000
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 12 minuti. Togliere dal forno, strizzare leggermente e usare nel modo desiderato.

In padella

Versare il prodotto ancora surgelato in una padella antiaderente con un filo di olio extravergine di oliva e 250 ml di acqua, mettere il coperchio e lasciare cuocere 12 minuti. A cottura ultimata aggiungere sale a piacere e 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 7 minuti, scolare, strizzare leggermente e utilizzare nel modo desiderato.

Nel microonde

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

Valori nutrizionali

	Per 100 G
Energia	129 kJ / 31 kcal
Grassi	0,7 g
di cui acidi grassi saturi	0 g
Carboidrati	1,9 g
di cui zuccheri	0,9 g
Fibre	2,5 g
Proteine	3 g
Sale	0,15 g
Vitamina A	600 µg (75%*)