



## INSALATA 5 CEREALI INTEGRALI E FANTASIA DI VERDURE 1000 G



### *Ingredienti*

Cereali integrali in proporzione variabile 50% (GRANO farro, orzo, riso, avena, grano), fagiolini, peperoni grigliati, cavolfiore, carote, ceci, broccoli, fagioli Red Kidney, soia edamame. Può contenere tracce di SENAPE. Prodotto in uno stabilimento che utilizza fave.

### *Dati tecnici*

Codice Prodotto	351316
EAN Confezione	8003495513163
Peso (G)	1000
Confezioni Per Cartone	4
Cartoni Per Pallet	180

### *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 4 minuti. Togliere dal forno ed usare nel modo desiderato.

In forno ventilato

Stendere il prodotto ancora surgelato con un filo di olio in una teglia e mettere in forno ventilato preriscaldato a 150 °C. Attendere il ripristino della temperatura e lasciar cuocere 8 minuti. Utilizzare a piacere.

In padella

Versare il prodotto ancora surgelato in una padella antiaderente con un filo di olio, mettere il coperchio e lasciare cuocere 7 minuti a fuoco moderato ed utilizzare nel modo desiderato.

### *Valori nutrizionali*

	Per 100 G
Energia	455 kJ / 108 kcal
Grassi	1,2 g
di cui acidi grassi saturi	0,2 g
Carboidrati	17 g
di cui zuccheri	1 g
Fibre	5,6 g
Proteine	4,5 g
Sale	0,1 g