

Légumes pour Couscous



INGRÉDIENTS

carottes en cubes, courgettes en cubes, navets en cubes, **céleri** coupé, poivrons verts en lanières, poivrons rouges en lanières, pois chichés (en proportion variable)

VALEURS NUTRITIONNELLES (100G)

Energie: 119kj/28kcal

Matières grasses: 0.44g

Graisses dont acides gras saturés: 0.08g

Glucides : 3.8g

Glucides dont sucres: 2.6g

Fibres alimentaires: 1.79g

Protéines: 1.39g

Sel: 0.05g

LA PRÉPARATION



Versez les légumes surgelés dans une casserole d'eau bouillante salée. Dès la reprise du frémissment, laissez cuire selon votre goût. Egouttez sans rafraîchir et assaisonnez.



Verser la quantité désirée de produit dans un plat adapté au micro-ondes et laisser chauffer en position cuisson. Remuer à mi-cuisson.



Faire chauffer 1 à 2 cuillérées à soupe d'huile végétale dans une poêle et ajouter la quantité désirée de produit. Réchauffer à feu moyen en remuant de temps en temps.



ALLERGÈNES

Céleri

INFORMATION LOGISTIQUE (EURO PALLET)

1000G

2.5KG



Item code:	100350010
Nr & poids:	10x1000g
Couche/Cartons:	8x9c
GTIN CU:	5411361640500
GTIN SU:	05411361004128
JD Edwards:	10283
Emballage:	Polybag
Langues:	NL - F - D - UK - E - P - IT - GR - DK - SE - NO - FI

Le produit est disponible à la couche palette



Item code:	100351210
Nr & poids:	4x2.5kg
Couche/Cartons:	8x9c



GTIN CU: 5411361640708

GTIN SU: 05411361000793

JD Edwards: 10282

Emballage: Polybag

Langues: NL - F - D - UK - E - P - IT - GR - DK - SE - NO - FI - CZ - SK - H -
HR - SL - RU - PL - RO - EE - LT - LV - BG

Le produit est disponible au picking (au carton)