

# Brunoise Trio

Karotte (40%), Lauch (30%), Zwiebel (30%)



## Nährwertangaben (100g)

Energie 132kJ/31kcal

Fett 0.4g

Davon gesättigte Fettsäuren 0.1g

Kohlenhydrate 4.9g

Kohlenhydrate Davon Zucker 4g

Ballaststoffe 2g

Eiweiß 1.1g

Salz 0.03g

## Allergene

Celery



## Zubereitung



Ein bis zwei Esslöffel pflanzliches Öl in einer Pfanne erhitzen. Die gewünschte, noch tiefgefrorene Produktmenge hinzugeben und bei mittlerer Hitze erwärmen. Dabei regelmässig umrühren.



Das tiefgefrorene Gemüse in kochendes Wasser geben. Sobald das Wasser wieder kocht, das Gemüse nach Geschmack garen. Abtropfen lassen und nach Geschmack würzen.



Die gewünschte Menge des noch gefrorenen Produkts in ein mikrowellengeeignetes Gefäß geben und abgedeckt erwärmen. Nach der Hälfte der Garzeit umrühren.



Das gefrorene Produkt im Dampfgarer garen. Achtung: nicht zu lange garen. Nach Geschmack würzen.

## Logistische Informationen (Euro-Palette)



2,5kg

Artikelnummer: 10005593

Anzahl und Gewicht: 4x2,5kg

Lagen/Kartons (Änderungen vorbehalten):

7x9

GTIN CU: 05411361212677

GTIN SU: 05411361212684

Sprachen:

NL;FR;DE;UK;ES;PT;IT;DK;SE;NO;FI;GR;CZ;S

K;PL;HU;HR;SL;RO;BG;RU;EE;LV;LT;AR