Poêlée asiatique

carottes en julienne; courgettes en julienne; poivrons jaunes en lanières; pousses de haricots mungo; champignons noirs.



Informations nutritionnelles (pour 100g)

Énergie 132kJ/31kcal

Matières grasses 0.4g

Matières grasses dont acides gras saturés 0.1g

Glucides 4.6g

Glucides dont sucres 4g

Fibres alimentaires 1.7g

Protéines 1.5g

Sel 0.03g

Préparation

Faites chauffer 1 à 2 cuillères à soupe d'huile végétale dans une poêle et ajoutez la quantité désirée de produit encore surgelé. Cuire à feu moyen en remuant de temps en temps.

Versez la quantité désirée de produit encore surgelé dans un plat adapté au four à micro-ondes et laissez cuire en position cuisson. Remuez à mi-cuisson.

Faites cuire le produit surgelé dans un four vapeur. Attention: ne pas le laisser cuire trop longtemps. Assaisonnez selon votre goût.

Informations logistiques (palette euro)



2.5 kg
Code article: 10001090
Nombre et poids: 4x2.5 kg
Couches/cartons (sous réserve): 7x9
GTIN CU: 5411361470091
GTIN SU: 05411361002315
Emballage: polybag
Langues: NL, FR, DE, UK, ES, PT, IT, DK, SE, NO, FI, GR, CZ, SK, PL, HU, HR, SL, RO, BG, UA, EE, LV, LT, AR

ardo®
We preserve nature's gifts