



## Falafel

FAL



Totalement vegan, ces petites tranches de falafel débordent de saveurs du Moyen-Orient telles que les pois chiches, la coriandre, le cumin, l'ail et d'autres herbes parfumées. Précuites dans de l'huile de tournesol, leur forme aplatie les rend pratiques à servir en burger ou en pains pita. À préparer au four, à la friteuse ou à l'airfryer.

### INGRÉDIENTS

---

Pois chiches 60%, oignon, huile de tournesol, semoule de **blé**, persil, amidon de maïs, sel, épices, poudre à lever: carbonate de sodium

### VALEURS NUTRITIONNELLES (100G)

---

Energie: 957kj/229Kcal

Graisses: 12g

Graisses dont acides gras saturés: 1.3g

Glucides : 22g

Glucides dont sucres: 1.6g

Fibres alimentaires: 3.9g

Protéines: 6.9g

Sel: 0.95g



## LA PRÉPARATION

---



7-10min. 180°C



Plonger les falafels encore surgelées dans l'huile chaude (175°C) par petites quantités pendant 3 à 4 minutes jusqu'à ce qu'elles soient croustillantes et dorées.



Etalez les falafels encore surgelées sur une plaque recouverte de papier cuisson. Préchauffez votre four à 160°C environ et faites cuire pendant 9-12 min, jusqu'à ce que le produit soit doré et croustillant. Retournez à mi-cuisson.

## ALLERGÈNES

---

Gluten

## INFORMATION LOGISTIQUE

---

1000G



**Nr & poids:**

10x1000g

**Couche/Cartons:**

6x9c

**EAN13 UV:**

5411361090985

**EAN14 carton:**

05411361090992

**JD Edwards:**

27577

**Langues:**

NL - F - D - UK - E - P - IT - GR - DK - SE - NO - FI - SL - CZ