Groenten voor Couscous

wortelblokjes, courgetteblokjes, rapenblokjes, gesneden **selder**, groene paprika reepjes, rode paprika reepjes, kikkererwten (in variabele proporties)



Voedingsinformatie (100g)

Energie 146kJ/35kcal

Vet 0.6g

Verzadigd vet 0.1g

Koolhydraten 4.6g

Koolhydraten waarvan suikers 2.8g

Vezels 2g

Eiwit 1.7g

Zout 0.05g

Bereidingswijze

Doe in kokend water en breng opnieuw aan de kook. Volg voor de gaartijd de aanwijzingen op de verpakking.

Warm de gewenste hoeveelheid product op in een afgesloten microgolfovenkom. Roer halfweg om.

Warm 1 à 2 soeplepels plantaardige olie op in de pan. Breng de gewenste hoeveelheid product in de pan en verwarm op een matig vuur. Roer regelmatig om.

Allergenen

Celery

ardo
We preserve nature's gifts

Logistieke informatie (euro pallet)



1.0 kg
Artikelcode: 10001079
Aantal en gewicht: 10x1.0 kg
Lagen/dozen (onder voorbehoud): 8x9
GTIN CU: 5411361640500
GTIN SU: 05411361004128
Verpakking: polybag
Talen:
NL;FR;DE;UK;ES;PT;IT;DK;SE;NO;FI;GR



2.5 kg
Artikelcode: 10001089
Aantal en gewicht: 4x2.5 kg
Lagen/dozen (onder voorbehoud): 8x9
GTIN CU: 5411361640708
GTIN SU: 05411361000793
Verpakking: polybag
Talen:
NL;FR;DE;UK;ES;PT;IT;DK;SE;NO;FI;GR;CZ;SK;PL;HU;HR;SL;RO;BG;RU;EE;LV;LT;AR