Z329

Garganelli mit Garnelen und Zucchini 300gr

4 ½'
KOCHEN ZEIT

1,32Kg ℮

Pastazutaten

Hartweizengriess, Weichweizenmehl, Eier, Wasser, Salz.

Zutaten der Sosse

Shrimp Mittelmeer 23%, Zucchini 23%, Tomatenfruchtfleisch, Argentinische Rotgarnele 10%, Sahne, Extra Vergine Olivenöl, Sonnenblumenöl, Weizenmehl, Brühe, Knoblauch, Salz, Gewürze.

Nährstoffgehalt durchschnittswert für 100 g

Energie kJ 566 – Energie kcal 135 – Fett g 3,8 davon gesättigte Fettsäuren g 0,8 – Kohlenhydrate g 18,0 davon Zucker g 1,2 – Ballaststoffe g 1,5 – Eiweiss g 6,5 – Salz g 0,86

Zubereitung

300 g Mikrowelle
4 1/2 min. > 750 W bei geschlossener und tiefgefrorener Verpackung

Datenblatt

%	%
38	62
ANTEIL VON NUDELN	PROZENTSATZ DER SOSSE