



T3005

Tintenfischsoße



3kg ?

500G X 6 PACKUNGEN



84g

PORTION



18

MONAT BEI -18°C

Zutaten

Tintenfisch 23%, passierte Tomaten, Brühe, **Riesenkalmar**, Tomatenfruchtfleisch, Wein, Sonnenblumenöl, **Weizenstärke**, Extra Vergine Olivenöl, Schalotte, Knoblauch, Zucker, Petersilie, Pfeffer, Chili-Pfeffer.

Kann: **Senf**, **Soja** enthalten.

Datenblatt



7-10g

FÜR STÜCKE



20mm

LÄNGE EINES STÜCKS



35mm

HÖHE EINES STÜCKS

Nährstoffgehalt durchschnittswert für 100 g

Energie kJ 426 – Energie kcal 102 – Fette g 6,9
davon gesättigte Fettsäuren g 1,0- Kohlenhydrate g
2,5 davon Zucker g 2,3- Ballaststoffe g 0,67 –
Proteine g 7,1 – Salz g 1,2

Préparation

Minuten in der Pfanne erhitzen: **4/5 min**

Minuten des Anlassens in der Mikrowelle 750w: **7/8 min**

Minuten Anlassen im Wasserbad: **14/15 min**

