



Z219



Lasaña boloñesa

MIN

6'
TIEMPO DE COCCIÓN

CARTÓN

330g ?
4 PLATOS POR CARTÓN

Ingredientes de la pasta

Sémola de trigo duro, huevos, agua, sal.

Ingredientes de la salsa

Carne de vacuno asada con verduras y plantas aromáticas 47%, pulpa de tomate, vino tinto, aceite de oliva virgen extra, mantequilla, sal. Parmigiano Reggiano DOP rallado para rematar el plato.

Ingredientes de la bechamel

Leche integral, harina de trigo blando, mantequilla, sal.

Ficha de datos



Valores nutricionales medios por cada 100 g

Valor energético kJ 512 – Valor energético kcal 122 – Grasas g 5,2 de los cuales ácidos grasos saturados g 2,0 – Los hidratos de carbono g 12,8 de los cuales azúcares g 1,8 – Fibras g 1,4 – Proteínas g 5,9 – Sal g 0,84

Preparación

Minutos de cocción en horno tradicional: 25 min
200° C (senza coperchio)

Minutos de descongelado en microondas: 6
Potencia del horno microondas (W): 750

