



## Penne integrali precocido



1kg ?  
POR PAQUETE



200g  
SERVICIO



24  
MES A -18 °C

### Ingredientes

Sémola integral de trigo duro, agua.

### Valores nutricionales medios por cada 100 g

Valor energético kJ 808 – Valor energético kcal 193  
– Grasas g 1,0 de los cuales ácidos grasos  
saturados g 0,1 – Los hidratos de carbono g 37,9  
de los cuales azúcares g 0,9 – Fibras g 3,9 –  
Proteínas g 6,2 – Sal g <0,01

### Preparación

Minutos de cocción en agua hirviendo: **1 min**  
Minutos de descongelado en sartén: **4 min**  
Minutos de descongelado en microondas (750W):  
**3/4 min**  
Minutos de cocción en horno a vapor (100°C): **2 min**  
Minutos de cocción en la olla para pasta: **1,30 min**

### Ficha de datos



2,2g  
POR PIEZAS



10  
RENDIMIENTO DE LA  
PORCIÓN DESPUÉS DE LA  
COCCIÓN

