Z314

Risotto a la marinera

4'
TIEMPO DE COCCIÓN

1,32Kg e

Ingredientes

Arroz 30%, moluscos y mariscos en proporción variable 27% (calamares, almejas, camarones, gambas), caldo, pulpa de tomate, aceite de girasol, aceite de oliva virgen extra, harina de trigo, ajo, sal, perejil, pimentón, pimienta.

Valores nutricionales medios por cada 100 g

Valor energético kJ 620 – Valor energético kcal 148 – Grasas g 4,9 de los cuales ácidos grasos saturados g 0,6 – Los hidratos de carbono g 19,8 de los cuales azùcares g 0,5 – Fibras g 1,6 – Proteínas g 5,4 – Sal g 0,84

Preparación

Horno a microondas (750w): **4 min** envase cerrado y ultracongelado