



Z332



Fiocchetti au speck et cougettes



4 ½'

TEMPS DE CUISSON



300g ?

4 PLATS PAR CARTON

Ingrédients des pâtes

Pâtes aux oeufs 60% (semoule de blé dur, oeufs, eau), farce 40% (Gorgonzola AOP 48%, ricotta, Grana Padano AOP, chapelure, persil, sel).

Ingrédients de la sauce

Lait entier, courgettes 29%, crème liquide, speck 7%, Taleggio AOP, farine de blé tendre, margarine végétale, huile d'olive vierge extra, huile de tournesol, persil, sel. Grana Padano AOP râpé pour garnir le plat.

Valeurs nutritionnelles moyennes pour 100 g

Energie kcal 169 Energie kJ 709 – Protéine – g 10,3 – Hydrates de carbone – g 12,8 dont sucres g 2,4 – Gras g 8,2 dont les acides gras saturés g 4,0 – Fibres g 1,6 – Sel g 1,04

Préparation

Four à micro-ondes (750w): 4 ½ min barquette fermée et surgelée.

Fiche technique

%

47

POURCENTAGE DE PÂTES

%

53

POURCENTAGE DE SAUCE

