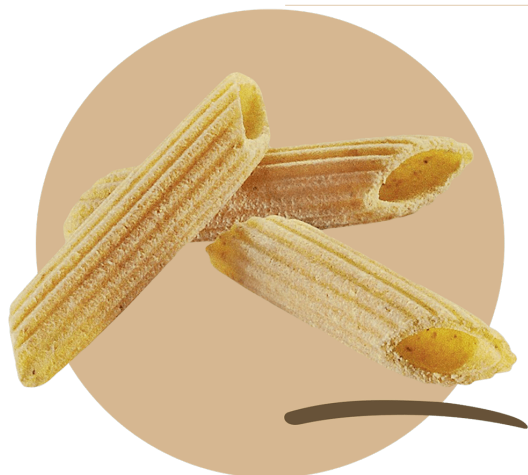




P515



## Penne integrali précuit



1kg ?  
PAR EMBALLAGE



200g  
PORTION



24  
MOIS À -18°C

### Ingrédients

Semoule integrale de blé dur, eau.

### Valeurs nutritionnelles moyennes pour 100 g

Energie kcal 808 – Energie kJ 193 – Protéine g 6,2  
– Hydrates de carbone g 37,9 dont sucres g 0,9 –  
Gras g 1,0 dont les acides gras saturés g 0,1 –  
Fibres g 3,9 – Sel g <0,01

### Préparation

En eau bouillante: 1 min  
À la poêle: 4 min  
Four à micro-ondes (750w): 3/4 min  
Au four à vapeur (100°C): 2 min  
Au cuiseur à pâtes: 1,30 min

### Fiche technique



2,2g  
POUR LES PIÈCES



10  
RENDEMENT DES  
PORTIONS APRÈS  
CUISSON

