



P1002



Ravioli ricotta et épinards précuit

3kg e

200g
PORTION

24
MOIS À -18°C

Ingrédients des pâtes

Semoule de blé dur, oeufs, eau.

Ingrédients de la farce

Fromage ricotta (66%), épinards (22%), fromage Grana Padano DOP Käse, chapelure, sel.

Valeurs nutritionnelles moyennes pour 100 g

Energie kcal 175 - Energie kJ 737 - Protéine g 8,3 - Hydrates de carbone g 23,2 dont sucres g 0,7 - Gras g 4,8 dont les acides gras saturés g 1,2 - Fibres g 3,0 - Sel g 0,65

Préparation

En eau bouillante: **1,30 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: **2 min**

Fiche technique

8,4g
POUR LES PIÈCES

%
10
RENDEMENT DES PORTIONS
APRÈS CUISSON

%
54
POURCENTAGE DE PÂTES

%
46
POURCENTAGE DE
REPLISSAGE

