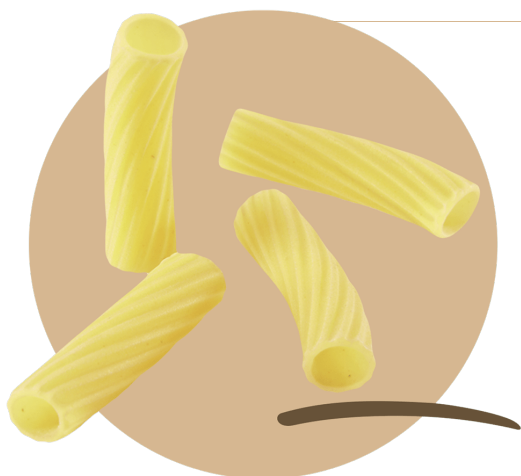




P504

Rigatoni précuit



Ingrédients

Semoule de blé dur, eau, sel.

Valeurs nutritionnelles moyennes pour 100 g

Energie kcal 215 – Energie kj 911 – Protéine g 8,7 –
Hydrates de carbone g 42,7 dont sucres g 1,1 – Gras g
0,6 dont les acides gras saturés g 0,1 – Fibres g 1,9 –
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**

1kg e

200g
PORTION

24

MOIS À -18°C

Fiche technique

3,8g

POUR LES PIÈCES

%

10

RENDEMENT DES PORTIONS
APRÈS CUISSON

