CURRY THAÏ VERT

PLAT CUISINÉ DE FILET DE POULET ET DE LÉGUMES, SAUCE CURRY ÉPICÉE AU LAIT DE COCO ET RIZ

LISTE DES INGRÉDIENTS

Ingrédients : Sauce 58% : eau, filet de poulet cuit 14% (filet de poulet, fécule de pomme de terre, sel, dextrose), poivrons 9%, carottes 5,5%, lait de coco en poudre 3,7% (lait de coco, maltodextrine, PROTÉINES DE LAIT), huile de colza, sucre, sauce aux huîtres (EXTRAIT D'HUÎTRE, sauce soja (eau, sel, GRAINES DE SOJA, FARINE DE BLÉ, sucre), eau, amidon modifié, sucre, sel iodé (sel, iodate de potassium)), amidon modifié, pâte de curry vert (piments, citronnelle, ail, échalotes, sel, galanga, cumin, coriandre), herbes, épices, sauce de poisson (ANCHOIS, sel, sucre), sel, jus de citron vert concentré, épinards en poudre. Le produit peut contenir des traces de CÉLERI et de l'OEUF !

Accompagnement 42% : Riz cuit (eau, riz basmati 31%, huile de colza, riz sauvage 1%).

ALLERGÉNES

Contient : Céréales contenant du gluten, Poisson, Soja, Lait, Mollusques

Peut contenir des traces de : Œuf, Céleri

NUTRI-SCORE

NUTRI-SCORE A B C D E

VALEURS NUTRITIONNELLES

	pour 100 g			pour 430 g		
Ènergie :	561 kJ	/	134 kcal	2412 kJ	/	576 kcal
Matières grasses :		5,7 g			24,5 g	
Dont acides gras saturès :		2,6 g			11,2 g	
Glucides :		15,0 g			64,5 g	
Dont sucres :		2,3 g			9,9 g	
Fibres alimentaires :		1,1 g			4,7 g	
Protèines		5,1 g			21,9 g	
Sel :		0,83 g			3,57 g	

INSTRUCTIONS DE PRÈPARATION

Au micro-ondes :

Au micro-ondes : Percer l'opercule des deux bols plusieurs fois, puis faire chauffer au micro-ondes (700 watts) pendant environ 3 minutes.

Á la Poêle :

Dans la poêle : Verser le contenu des deux bols dans une casserole ou une poêle avec un peu d'huile. Chauffer à feu moyen et remuer de temps en temps.

CONSERVATION/CONSIGNES UTILISATION PRODUIT

À conserver au réfrigérateur à +7°C maximum.