

CURRY THAÏ ROUGE

PLAT CUISINÉ DE FILET DE POULET ET DE LÉGUMES, SAUCE CURRY ÉPICÉE À LA NOIX DE COCO ET RIZ

LISTE DES INGRÉDIENTS

Ingrédients : Sauce 58% : légumes en proportions variables 16% (paprika, marrons, pousses de bambou, oignons, GRAINES DE SOJA), filet de poulet cuit 14% (filet de poulet, fécule de pomme de terre, sel, dextrose), eau, lait de coco en poudre 4,2% (lait de coco, maltodextrine, PROTÉINES DE LAIT), pâte de tomates, huile de colza, sucre, épices (contient du CÉLERI et de la MOUTARDE), sauce de poisson (ANCHOIS, sel, sucre), amidon modifié, pâte de curry (piments, citronnelle, ail, échalotes, sel, zeste de citron vert kaffir, galanga, coriandre, cumin), herbes, sel, jus de citron vert concentré, extrait de paprika, vinaigre d'alcool, BLANC D'OEUF, LAIT ÉCRÉMÉ EN POUDRE, FARINE DE BLÉ.

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

ALLERGÈNES

Contient : Céréales contenant du gluten, Œuf, Poisson, Soja, Lait, Céleri, Moutarde

Peut contenir des traces de :

NUTRI-SCORE



VALEURS NUTRITIONNELLES

	pour 100 g		pour 430 g	
Énergie :	563 kJ	/ 134 kcal	2421 kJ	/ 576 kcal
Matières grasses :	5,4 g		23,2 g	
Dont acides gras saturés :	2,3 g		9,9 g	
Glucides :	15,3 g		65,8 g	
Dont sucres :	3,5 g		15,1 g	
Fibres :	1,2 g		5,2 g	
Protéines	5,5 g		23,7 g	
Sel :	0,70 g		3,01 g	

INSTRUCTIONS DE PRÉPARATION

Au micro-ondes :

- Percer l'opercule des deux bols plusieurs fois,
- puis faire chauffer au micro-ondes (700 watts) pendant environ 4 minutes.
- Verser le contenu du bol avec le riz dans une assiette.
- Disposer la sauce et les légumes à côté.
- Bon appétit !

À la Poêle :

- Ouvrir les deux bols et mettre le riz, ainsi que la sauce avec les légumes et la viande dans une casserole ou une poêle légèrement huilée. Faire chauffer à feu moyen et remuer régulièrement.
- Dresser sur une assiette.
- Bon appétit !

Attention: le temps de cuisson peut varier selon l'appareil utilisé.

CONSERVATION/CONSIGNES UTILISATION PRODUIT

À conserver au réfrigérateur à +7°C maximum.

