

INDIAN STYLE BUTTER CHICKEN AU POULET



PLAT CUISINÉ DE FILET DE POULET, SAUCE TOMATE À L'INDIENNE ET RIZ

LISTE DES INGRÉDIENTS:

Riz cuit 42% (eau, riz basmati, riz jasmin, huile de colza), filet de poulet mariné, cuit 14% (filet de poulet, amidon, sel, dextrose, huile de soja et/ou huile de graines de coton), tomates 10%, concentré de tomates, poivrons, oignons, CRÈME liquide, lait de coco en poudre (lait de coco, maltodextrine, protéines de LAIT), BEURRE, CRÈME fraîche, bouillon de volaille (bouillon de dinde et de poulet, sel), graisse de poulet, épices, sucre, amidon, sel, herbes, jus de citron vert concentré, émulsifiant mono- et diglycérides d'acides gras, épaississant : gomme de guar, LAIT écrémé en poudre, dextrose, vinaigre d'alcool, extrait de poivron. Le produit peut contenir des traces de BLÉ, de CÉLERI, d'ŒUF et de SOJA !

ALLERGÈNES:

Contient: Lait

Peut contenir des traces de: Céréales contenant du gluten, Œuf, Soja, Céleri

CONSERVATION/CONSIGNES UTILISATION PRODUIT:

À conserver au réfrigérateur à +7°C maximum.

INSTRUCTIONS DE PRÉPARATION

Au four à micro-ondes:

Percer l'opercule des deux bols plusieurs fois, puis faire chauffer au micro-ondes (750 watts) pendant environ 3 minutes. Bon appétit !

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. Bon appétit !

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

VALEURS NUTRITIONNELLES MOYENNES POUR	pour 100 g	Portion 420 g
Énergie :	602 kJ / 144 kcal	2528 kJ / 605 kcal
Matières grasses :	7,1 g	29,8 g
Dont acides gras saturés :	3,9 g	16,4 g
Glucides :	14,1 g	59,2 g
Dont sucres :	1,7 g	7,1 g
Fibres alimentaires :	1,2 g	5,0 g
Protéines :	5,3 g	22,3 g
Sel :	0,55 g	2,31 g