

JAPANESE STYLE POULET TERIYAKI

PLAT CUISINÉ DE FILET DE POULET, SAUCE ÉPICÉE À LA JAPONAISE ET NOUILLES



LISTE DES INGRÉDIENTS:

Nouilles cuites 42% (eau, semoule de BLÉ dur, blanc d'ŒUF, 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), poivron, sauce soja (eau, graines de SOJA, BLÉ, sel), oignons, sucre, compote de pommes (pommes, sucre), boisson alcoolisée à base de riz (eau, riz, BLÉ), épices (gingembre, ail, cumin noir, citronnelle), huile de colza, vinaigre balsamique (vinaigre de vin, moût de raisin concentré), amidon, sirop de sucre caramélisé, vinaigre d'alcool, sel, épaississant : xanthane, arôme. Le produit peut contenir des traces de CÉLERI et de LAIT !

ALLERGÈNES:

Contient: Céréales contenant du gluten, Œuf, Soja
Peut contenir des traces de: Lait, 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 :	546 kJ / 130 kcal	2293 kJ / 546 kcal
Matières grasses :	3,9 g	16,4 g
Dont acides gras saturés :	0,5 g	2,1 g
Glucides :	16,3 g	68,5 g
Dont sucres :	5,9 g	24,8 g
Fibres alimentaires :	2,0 g	8,4 g
Protéines :	6,4 g	26,9 g
Sel :	1,23 g	5,17 g