

KOREAN STYLE CHICKEN AU POULET



PLAT CUISINÉ À LA CORÉENNE DE FILET DE POULET, D'OIGNONS ET DE CAROTTES AVEC DU 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), oignons 10%, carottes 9%, chutney de mangue (sucre, mangue, épices, sel, vinaigre d'alcool), boisson alcoolisée à base de riz (eau, riz, BLÉ), sucre, sauce soja (eau, graines de SOJA, BLÉ, sel), pulpe de poivron, huile de colza, sambal oelek (piments, sel, acidifiant : acide acétique), amidon modifié, épices, hydrolysate de protéines végétales (maïs, colza), sel.

Le produit peut contenir des traces de CÉLERI, de LAIT et d'ŒUF !

ALLERGÈNES:

Contient: Céréales contenant du gluten, Soja

Peut contenir des traces de: Œuf, Lait, Céleri

CONSERVATION/CONSIGNES UTILISATION PRODUIT:

À conserver au réfrigérateur à +7°C maximum.

INSTRUCTIONS DE PRÉPARATION

Au four à micro-ondes:

Perce 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 :	538 kJ / 128 kcal	2260 kJ / 538 kcal
Matières grasses :	3,3 g	13,9 g
Dont acides gras saturés :	0,4 g	1,7 g
Glucides :	18,3 g	76,9 g
Dont sucres :	6,1 g	25,6 g
Fibres alimentaires :	1,2 g	5,0 g
Protéines :	5,6 g	23,5 g
Sel :	0,83 g	3,49 g