



## LEGUMI E RISI, CON SEMI DI GIRASOLE 1.000 G

### Ingredienti

Fagiolini, cavolfiore, riso integrale, ceci, zucca, broccoli, riso selvaggio, riso basmati, fagioli neri, SOIA edamame, carote, semi di girasole 5%, sale. **SENZA GLUTINE.**  
Prodotto in uno stabilimento che utilizza fave.



### Dati tecnici

Codice Prodotto	310672
Peso (G)	1.000
Confezioni Per Cartone	4
Cartoni Per Pallet	180

### Indicazioni

#### In forno ventilato

Versare il prodotto ancora surgelato in una teglia, mettere in forno ventilato preriscaldato a 150°C e cuocere per 7 minuti, dalla ripresa della temperatura.

#### In padella

Versare il prodotto ancora surgelato in una padella antiaderente con 100 ml di acqua e un filo di olio extravergine di oliva. Coprire e cuocere per 10 minuti a fuoco medio, mescolando di tanto in tanto.

#### Nel microonde

Preparare una porzione di prodotto ancora surgelato pari a 250g, versare in un contenitore adatto al microonde, chiudere con coperchio e cuocere a 800 watt per 4 minuti.