

Crevettes sautées aux cacahuètes

Gebratene Garnelen mit Erdnüssen

Flexitarien | Flexitarisch



Cuisiné par | Gekocht von

bien Bon Sàrl
Rte de La Maillardie 5
CH-1680 Romont (FR)
www.bienbon.ch

Ingrédients | Zutaten

Crevette | Garnele

Patate douce | Süsskartoffel
Carotte orange | Orange Karotte
Carotte jaune | Gelbe Karotte
Brocoli | Brokkoli
Courgette | Zucchini
Lait de coco | Kokosmilch
Eau | Wasser

Cacahuète | Erdnuss

Concentré de tomate | Tomatenkonzentrat
Oignon | Zwiebel
Ail | Knoblauch
Gingembre | Ingwer
Ail | Knoblauch
Curcuma | Kurkuma
Sel blanc | Weisses Salz
Laurier | Lorbeer

%
25%
10%
10%
10%
10%
8%
6%
5%
2%
1%
<1%
<1%
<1%
<1%
<1%
<1%

De | Aus
VN
US
CH
CH
ES
ES
TH
CH
CH
IT
CH
ES
CN
ES
CH
CH
CH

Allergènes | Allergenen

Arachides, Fruits à coque, Mollusques et crustacés
Erdnüsse, Schalenfrüchte, Muscheln und Schalentiere

Nutriments | Nährstoffe

	/ 100g	360g (poids net)
Calories Kalorien	91kcal	326kcal
Lipides Fett	5g	17g
- Acide gras saturés Gesättigte Fettsäuren	2g	7g
Glucides Kohlenhydrate	4g	16g
- Sucre Zucker	2g	7g
Protéines Eiweiß	7g	25g
Fibres Ballaststoffe	2g	7g
Sel Salz	1g	2g

Température de conservation:

/ Temperatur der Aufbewahrung

< 5°C

A consommer après ouverture sous:

/ Nach dem Öffnen verbrauchen unter

3 jours / Tage