

# Joue de porc confite 36h

Konfierte Schweinsbacke 36 Stunden

Flexitarien | Flexitarisch



Cuisiné par | Gekocht von

bien Bon Sàrl  
Rte de La Maillarde 5  
CH-1680 Romont (FR)  
[www.bienbon.ch](http://www.bienbon.ch)

## Ingrédients | Zutaten

	%	De   Aus
Porc (joue)   Schweinefleisch (Backe)	32%	CH
Eau   Wasser	17%	CH
Radis (bière)   Rettich	14%	CH
Carotte   Karotte	11%	CH
Oignon   Zwiebel	9%	CH
Champignon de Paris   Pariser Pilz	9%	CH
<b>Sauce soja   Soja Sosse</b>	3%	NL
Miel   Schatz	3%	CH
Gingembre   Ingwer	1%	CN
Méliste   Zitronenmelisse	<1%	CH
<b>Huile de sésame   Sesamöl</b>	<1%	TH
Huile d'olive   Olivenöl	<1%	IT
Sel blanc   Weisses Salz	<1%	CH

## Allergènes | Allergenen

Gluten, Sésame, Soja  
Gluten, Sesam, Soja

## Nutriments | Nährstoffe

	/ 100g	/ 340g
Calories   Kalorien	98kcal	332kcal
Lipides   Fett	4g	14g
- Acide gras saturés   Gesättigte Fettsäuren	1g	4g
Glucides   Kohlenhydrate	5g	15g
- Sucre   Zucker	4g	13g
Protéines   Eiweiss	10g	35g
Fibres   Ballaststoffe	1g	3g
Sel   Salz	1g	3g

## Température de conservation:

/ Temperatur der Aufbewahrung

< 5°C

## A consommer après ouverture sous:

/ Nach dem Öffnen verbrauchen unter

3 jours / Tage