

# Blanquette de poulet à la moutarde

Poulet-Blanquette mit Senf

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
Poulet (cuisse)   Huhn (Schenkel)	31%	FR
Courge doubeurre   Butternut-Kürbis	13%	IT
<b>Lait entier   Whole milk</b>	10%	CH
Eau   Wasser	10%	CH
<b>Céleri-rave   Sellerie</b>	8%	CH
Champignon de Paris   Pariser Pilz	7%	CH
<b>Moutarde   Senf</b>	6%	CH
Oignon rouge   Rote Zwiebel	6%	CH
<b>Crème de lait   Sahne aus Milch</b>	4%	CH
Oignon   Zwiebel	3%	CH
Amidon de maïs   Maisstärke	1%	CH
Huile d'olive   Olivenöl	<1%	IT
Origan   Oregano	<1%	GR
Sel blanc   Weisses Salz	<1%	CH

## Allergènes | Allergenen

Céleri, Lactose, Moutarde  
Sellerie, Laktose, Senf

## Nutriments | Nährstoffe

	/ 100g	/ 360g
Calories   Kalorien	108kcal	390kcal
Lipides   Fett	6g	22g
- Acide gras saturés   Gesättigte Fettsäuren	2g	8g
Glucides   Kohlenhydrate	4g	13g
- Sucre   Zucker	2g	6g
Protéines   Eiweiss	9g	34g
Fibres   Ballaststoffe	1g	4g
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