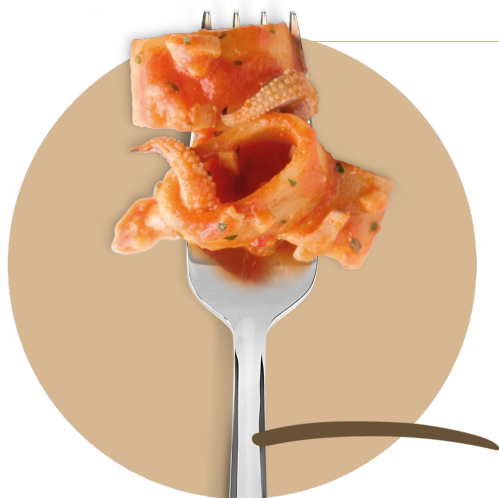




Z372



Mezzi paccheri mit tintenfischsoße



5'30''
KOCHEN ZEIT



350g e
4 PLATTEN PRO KARTON

Pastazutaten

Hartweizengriess-Pasta 51% **hartweizengriess**, Wasser

Zutaten der Sosse

Zutaten Soße 57%: **tintenfisch** 23%, Tomatenmark 21%, Tomatenfruchtfleisch 16%, Brühe (**tintenfisch**, **venusmuscheln**), **riesenkalmar**, Sonnenblumenöl, Wein, Extra Vergine Olivenöl, Schalotte, **weizenstärke**, Salz, Knoblauch, Zucker, Petersilie, Pfeffer, Chili-Pfeffer.

Kann enthalten: **Senf, Soja**.

Nährstoffgehalt durchschnittswert für 100 g

Energie kcal 133; Energie kj 557; Protein g 5,7; Kohlenhydrate 16,3 g, davon Zucker 1,7 g; Fette 4,7 g, davon gesättigte Fettsäuren 0,6 g; Fasern g 1,1; Salz 1,09 g.

Vorbereitung

Mikrowellenherd (750 W): **5? 30''** mit geschlossener und gefrorener Schüssel.

Datenblatt

%

43
ANTEIL VON NUDELN

%

57
PROZENTSATZ DER SOSSE

