



P600



## Carnaroli Reis vorgekocht



1kg e  
PRO KARTON



200g  
PORTION



24  
MONAT BEI -18°C

### Zutaten

Carnaroli Reis, Wasser, Salz.

### Nährstoffgehalt durchschnittswert für 100 g

Energie kcal 180 – Energie kj 765 – Eiweiss g 3,6 –  
Kohlenhydrate g 40,0 davon Zucker g 0,9 – Fett g  
0,49 davon gesättigte Fettsäuren g 0,1 – Ballaststoffe  
g 0,66 – Natrium g 0,092 – Mineralien g 0,31 – Salz g  
0,23

### Zubereitung

In kochendes Wasser: **1-2 min**

In der Pfanne: **4-5 min**

In der Mikrowelle (750w): **2-3 min**

In einem Dampfgarer (100°C): **3-4 min**

### Datenblatt

%

10

PORTIONSAUSBEUTE NACH DEM GAREN

