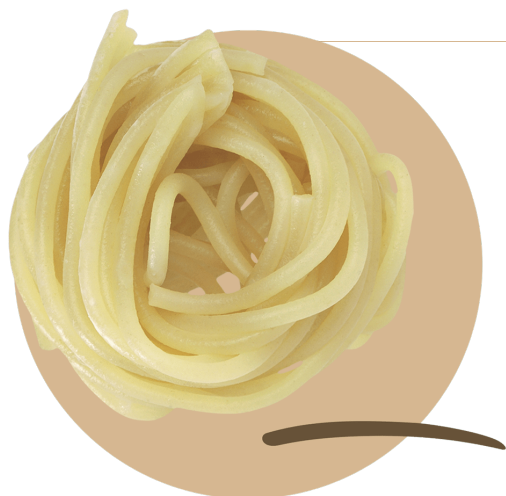




● PS010



Spaghetti di semola precotti 200gr



200g e
PRO KARTON



200g
PORTION



24
MONAT BEI -18°C

Zutaten

Semola di grano duro, acqua.

Nährstoffgehalt durchschnittswert für 100 g

Energie kcal 215 – Energie kj 911 – Eiweiss g 8,7 – Kohlenhydrate g 42,7 davon Zucker g 1,1 – Fett g 0,6 davon gesättigte Fettsäuren g 0,1 – Ballaststoffe g 1,9 – Salz g <0,01

Zubereitung

In kochendes Wasser: **1 min**
in der Pfanne: **4 min**
In der Mikrowelle (750w): **no**
in einem Dampfgarer (100°C): **no**
Im Nudelkocher: **1,30 min**

Datenblatt



30g
FÜR STÜCKE



12
PORTIONSAUSBEUTE NACH
DEM GAREN

