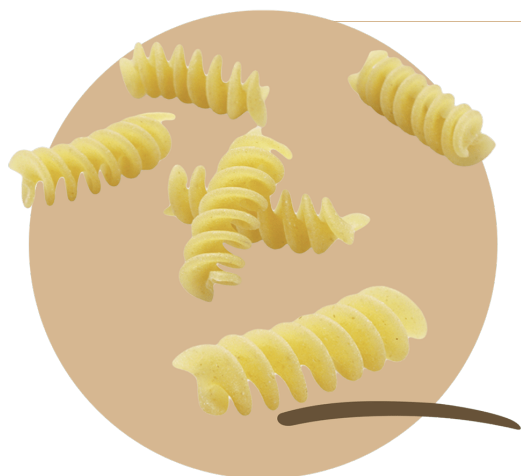




P502



## Fusilli précuit



1kg e

PAR EMBALLAGE



200g

PORTION



24

MOIS À -18°C

### Ingrédients

Semoule de blé dur, eau.

### Valeurs nutritionnelles moyennes pour 100 g

Energie kcal 215 – Energie kj 911 – Protéine g 8,7 –  
Hydrates de carbone g 42,7 dont sucres g 1,1 – Gras g  
0,6 dont les acides gras saturés g 0,1 – Fibres g 1,9 –  
Sel g <0,01

### Préparation

En eau bouillante: **1 min**

À la poêle: **4 min**

Four à micro-ondes (750w): **3/4 min**

Au four à vapeur (100°C): **2 min**

Au cuiseur à pâtes: **1,30 min**

### Fiche technique



2,0g

POUR LES PIÈCES

%

10

RENDEMENT DES PORTIONS  
APRÈS CUISSON

