



Z219



Lasagne à la bolognaise

MIN

6'

TEMPS DE CUISSON



330g e

4 PLATS PAR CARTON

Ingrédients des pâtes

Semoule de blé dur, oeufs, eau, sel.

Ingrédients de la sauce

Viande de boeuf 47%, braisée aux légumes et aux herbes aromatiques, pulpe de tomates, vin rouge, huile d'olive vierge extra, beurre, sel. Parmigiano Reggiano AOP râpé pour garnir le plat.

Ingrédients de la sauce béchamel

Lait entier, farine de blé tendre, beurre, sel.

Valeurs nutritionnelles moyennes pour 100 g

Energie kcal 122 – Energie kj 512 – Protéine g 5,9 – Hydrates de carbone g 12,8 dont sucres g 1,8 – Gras g 5,2 dont les acides gras saturés g 2,0 – Fibres g 1,4 – Sel g 0,84

Préparation

Four à micro-ondes (750w): **6 min** barquette fermée et surgelée.

Valeurs nutritionnelles moyennes pour 100 g

Energie kj 514 – Protéine g 5,8 – Hydrates de carbone g 12 dont sucres g 2,4 – Gras g 5,6 dont les acides gras saturés g 2,6 – Fibres g 1,6 – Sodium g 0,44 – Sel g 1,1

Fiche technique

%

24

POURCENTAGE DE PÂTES

%

76

POURCENTAGE DE SAUCE

fiordiprimi