



Z358



## Spaghetti aux fruits de mer

MIN

5'

TEMPS DE CUISSON



350g e

4 PLATS PAR CARTON

### Ingrédients des pâtes

Semoule de blé dur, eau, sel.

### Ingrédients de la sauce

Pulpe de tomates, coulis de tomates, calamars 24%, poisson blanc 8%, crevettes précuites 6%, palourdes 4%, court-bouillon de poisson, huile de graines de tournesol, vin, persil, sel, échalote, ail, piment, sucre.

### Valeurs nutritionnelles moyennes pour 100 g

Energie kcal 135 – Energie kj 570 – Protéine g 6,5 – Hydrates de carbone g 21,1 dont sucres g 2,1 – Gras g 2,6 dont les acides gras saturés g 0,5 – Fibres g 0,6 – Sel g 1,13

### Préparation

Four à micro-ondes (750w): **5 min** barquette fermée et surgelée.

### Fiche technique

%

51

POURCENTAGE DE PÂTES

%

49

POURCENTAGE DE SAUCE

fiordiprimi