

Zuppa di cereali e legumi con verdure invernali

Stagionalità: Tutto l'anno



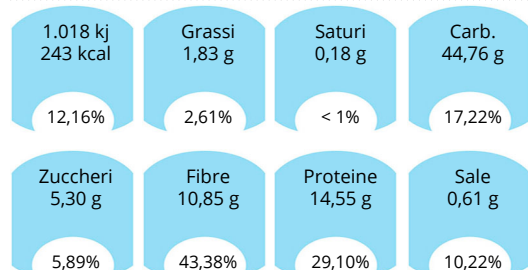
L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	423 kj 101 kcal	1.018 kj 243 kcal
Grassi	0,76 g	1,83 g
Di cui acidi grassi saturi	0,08 g	0,18 g
Carboidrati	18,61 g	44,76 g
Di cui zuccheri	2,20 g	5,30 g
Fibre	4,51 g	10,85 g
Proteine	6,05 g	14,55 g
Sale	0,25 g	0,61 g

Fonte: INRAN, IEO, SCHEDA TECNICA

Dichiarazione nutrizionale



Assunzione media di riferimento per Adulti (30-59 anni) LARN IV Rev. su una dieta di (8.374 Kj / 2.000 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Brodo vegetale (Pomodoro Pelati □ Carota □ Sedano □ Cipolla Bianca □ Prep. granulare per brodo veg. (sz. glutammato -sz glutine) □ Acqua [soia])	50 g
Zucca Gialla biologica fresca	30 g
Broccolo sparacello fresco	30 g
Cavolo Cappuccio Verde	30 g
Lenticchia nera siciliana biologica SECCA	20 g
Orzo Perlato biologico	20 g
Ceci pascià secchi	10 g
Farro biologico	10 g
Fagiolo misti siciliani secchi	10 g
Passata di Pomodoro biologico	10 g
Carota fresca biologica	10 g
Sedano fresco	5 g
Cipolla Bianca Biologica - Filiera locale	5 g
Sale fino	0.5 g
Quantità netta a crudo	240.5 g

Contenuti/Allergeni

🍷 Sedano e prodotti a base di Sedano, 🌾 Cereali contenenti glutine: **Orzo**, 🌾 Cereali contenenti glutine: **Farro**, 🍲 Soia e prodotti a base di Soia

Può contenere tracce di: Cereali contenenti glutine: **grano**, Cereali contenenti glutine: **grano Khorasan**, Cereali contenenti glutine: **segale**, Cereali contenenti glutine: **avena**

Preparazione

I nostri Chef, nell'elaborare le ricette utilizzeranno prodotti di prima qualità e si atterranno scrupolosamente alle procedure dettate dal ricettario aziendale. Tali procedure sono frutto dell'esperienza maturata in molti anni di attività.

Tutte le ricette sono state testate presso le nostre cucine per verificarne la qualità e l'appetibilità. Le procedure saranno prossimamente visibili all'interno di questo portale.

N.B.: Si informa che eventuali ingredienti o sostanze che possono provocare allergie o intolleranze vengono evidenziate nella ricetta, sia che siano presenti (parte della preparazione), sia che siano segnalati solo in traccia (contaminazione nel processo industriale o nel processo produttivo).