



Pui a la Basque cu orez basmati



Ingrediente o portie de 350g :

pulpe de pui inferioare 160g, Orez basmati 150g (apa,orez basmati,Ulei de floare, unt, sarat,Condiment sare / piper), rosii 40g, ardei gras rosu 30g, ardei gras verde 30g, ceapa 25g, carnati de porc, chorizo 20g, masline negre [masline, apa, sare] 20g, vin alb, sauvignon blanc 15g, ulei de floarea soarelui [ulei rafinat de floarea soarelui] 10g, usturoi crud 5g, Condiment sare / piper 2.5g (sare de masa iodata,piper negru macinat), boia iute [boia de ardei iute] 1g, foi dafin 0.5g, cimbru [cimbru deshidratat și mărunțit] 0.5g

Declaratie nutritionala	100g	Portie 350g
Energie Kcal	302.79	1059.75
Energie Kj	1266.87	4433.99
Grasimi	17.55g	61.44g
din care acizi grasi saturati	4.73g	16.54g
Glucide	21.8g	76.29g
din care zaharuri	1.46g	5.11g
Fibre	0.82g	2.87g
Proteine	13.04g	45.63g
Sare	0.78g	2.72g

Alergeni

Lapte
Alune

Aditivi

-