

Viver a Vida a Cem Porcento



COUSCOUS

Tradicional

Fonte de proteína
Fonte de fibra

500 g

PREPARAÇÃO EM 5 MINUTOS
REFEIÇÕES FÁCEIS E RÁPIDAS

Conservar em local fresco e seco.

Lote/Consumir de preferência antes do fim de: (ver embalagem)



R0001

Sugestões de utilização: Num pirex, colocar uma porção de couscous (60 g/pessoa), cobrindo o fundo. Adicionar água a ferver, temperada com um fio de azeite e sal marinho, até cobrir os couscous. Tapar o pirex com película aderente e deixar repousar cerca de 5 min. De seguida, soltar os grãos com um garfo. Pode servir-se quente ou frio, como entrada, salada ou acompanhamento, em substituição do arroz, massas ou batata.

Ingredientes: Sêmola de TRIGO duro.

Para alérgicos ver ingredientes realçados.

Pode conter vestígios de soja, sésamo e frutos de casca rija.

D Declaração Nutricional (valores médios por 100 g): Energia 1526 kJ/360 kcal; Lípidos 2 g, dos quais saturados 0,3 g; Hidratos de carbono 72 g, dos quais açúcares 2 g; Fibra 3 g; Proteínas 12 g; Sal 0,01 g.

5 604321 020379

Embalado por:

IGNORAMUS - Produtos Naturais, Lda. • Av. N. Sr.ª Guadalupe, n.º 71 • 2135-015 Samora Correia
Loja online: www.ignoramus.pt • consumidor@ignoramus.pt • Tel.: 263 659 453