

**Fast Good**



### Nutritivo

A melhor combinação de verdadeiros ingredientes vegetais, repletos de nutrientes e com alto teor em proteína.



### Delicioso

Receita com ingredientes autênticos, que conferem um sabor único, sem corantes nem conservantes.



### Rápido

Sempre à mão, pronto a consumir, para desfrutar de mais tempo com a sua família.



### Prático

Conservação à temperatura ambiente, sem necessidade de refrigeração, ideal para levar sempre consigo.



### Sustentável

Reduzir o consumo de produtos de origem animal contribui ativamente para a conservação dos recursos naturais do planeta.

## TOFU E ALGAS TOFU AND SEAWEED

NÃO PRÉ-FRITO  
INGREDIENTES VEGETAIS  
SEM ADIÇÃO DE AÇÚCARES

#### DECLARAÇÃO NUTRICIONAL/NUTRITION DECLARATION

Valores médios por/Average values per	100 g
Energia/Energy	735 kJ/175 kcal
Lípidos/Fat	5,4 g
dos quais saturados/of which saturates	1 g
Hidratos de carbono/Carbohydrate	12 g
dos quais açúcares/of which sugars	2,6 g
Fibra/Fibre	3,1 g
Proteínas/Protein	18 g
Sal/Salt	1,4 g

(PT) Não necessita de refrigeração antes de aberto. Conservar à temperatura ambiente, em local fresco e seco. Depois de aberto, consumir de imediato. Contém açúcares naturalmente presentes.

(EN) No refrigeration required before opening. Store at room temperature in a cool, dry place. Once opened, consume immediately.



## TOFU E ALGAS

(PT) Preparado vegetal  
com tofu e algas

**Ingredientes:** Água; **GLÚTEN** de TRIGO; tofu (água, feijão de **SOJA**, estabilizador: sulfato de cálcio) (1,3%); flocos de **AVEIA**; borragem; brócolos; alga wakame (5,2%); tomate; azeite; cebola; molho de **SOJA** (água, feijão de **SOJA**, **TRIGO**, sal marinho); alho; sal marinho; orégãos; pimenta branca.

Para alergénios ver ingredientes realçados. Pode conter vestígios de leite, ovo, sementes de sésamo, frutos de casca rija, amendoim, mostarda, aipo, crustáceos, peixes e moluscos.

**Preparação:** Pronto a consumir. Aquecer na frigideira, grelhador ou micro-ondas, de ambos os lados. Servir no pão ou no prato, com um acompanhamento.

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

Quantidade líquida:  
160 g (2 x 80 g)



**Fast Good**

## TOFU E ALGAS

preparado com algas wakame

2  
unidades  
individuais

Alto teor em  
proteína vegetal

Sem adição  
de açúcares

Sem corantes  
nem conservantes



## TOFU AND SEAWEED

(EN) Vegetable preparation  
with tofu and seaweed

**Ingredients:** Water; **WHEAT GLUTEN**; tofu (water, **SOYBEANS**, stabiliser: calcium sulphate) (1,3%); **OAT** flakes; borage; broccoli; wakame seaweed (5,2%); tomato; olive oil; onion; **SOY** sauce (water, **SOYBEANS**, **WHEAT**, sea salt); garlic; sea salt; oregano; white pepper.

For allergens see highlighted ingredients. May contain traces of milk, egg, sesame seeds, nuts, peanut, mustard, celery, crustaceans, fish and molluscs.

**Preparation:** Ready to eat. Heat in a frying pan, grill or microwave, on both sides. Serve on bread or plate with a side dish.

Lot/Best before: (see package)

Net weight:  
160 g (2 x 80 g)

Conheça a nossa gama completa em  
**WWW.IGNORAMUS.PT**