

ACHARDS DE LEGUMES

MAC001

SPECIALITE

METRO MADA RUN

CATEGORIE

Apéritif	<input type="checkbox"/>	Soupe	<input type="checkbox"/>
Entrée	<input checked="" type="checkbox"/>	Accompagnement	<input checked="" type="checkbox"/>
Plat	<input type="checkbox"/>	Condiment	<input checked="" type="checkbox"/>
Dessert	<input type="checkbox"/>	Autre (à préciser)	<input type="checkbox"/>

REGIME

STANDARD VEGGIE

CONSEILS ET REMARQUES

Conservation :

Le bocal se conserve à température ambiante avant ouverture. Après ouverture, il peut se conserver plusieurs semaines au réfrigérateur.

Dégustation :

Nos achards de légumes sont prêts à consommer. Cependant, nombreux sont ceux qui apprécient de les mettre environ 2h au froid avant de servir.

Remarques :

Les achards de légumes représentent un condiment qu'on retrouve dans quasiment toutes les îles sœurs de l'Océan Indien (Madagascar, La Réunion, Maurice). Ils se préparent et se consomment de multiples manières selon les goûts de chacun : tout simplement avec du riz, ou avec du riz et une viande ou un poisson, ou en sandwich seul, ou avec thon ou jambon. Pour les plus téméraires, il peut également se compléter avec plusieurs sortes de préparations de piments en fonction des papilles de chacun.

LISTE DES INGREDIENTS

Ingrédients	%
Haricots verts	38,23
Carottes	19,11
Chou	19,11
Oignon	8,92
Vinaigre	7,65
Huile de tournesol	5,16
Sel	0,96
Curcuma	0,57
Curry	0,29

NOMBRE DE PARTS	POIDS NET (GRAMMES)
1	130
3-4	450

VALEURS NUTRITIONNELLES (100G)

Protéines	Glucides	Sucres	Lipides	AGS	Kcal	Kj	Sel
1,84	6,25	3,78	7,78	0,90	111,9	468,19	1,36

ALLERGENES

Contient ☒

Peut contenir des traces ☒

Gluten	A	<input type="checkbox"/>	Fruit à coques	H	<input checked="" type="checkbox"/>
Crustacé	B	<input type="checkbox"/>	Céleri	I	<input checked="" type="checkbox"/>
Œuf	C	<input type="checkbox"/>	Moutarde	J	<input checked="" type="checkbox"/>
Poisson	D	<input type="checkbox"/>	Sésame	K	<input checked="" type="checkbox"/>
Arachide	E	<input type="checkbox"/>	Sulfite	L	<input checked="" type="checkbox"/>
Soja	F	<input type="checkbox"/>	Lupin	M	<input type="checkbox"/>
Lait	G	<input type="checkbox"/>	Mollusque	N	<input type="checkbox"/>

*Les allergènes potentiellement existant à l'état de traces proviennent du curcuma et du curry qui représentent respectivement 0,63% et 0,32des ingrédients de notre achards de légumes