

BOURGUI VEGAN

MEP005

SPECIALITE

METRO MADA RUN

CATEGORIE

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

REGIME

STANDARD

VEGGIE

CONSEILS ET REMARQUES

Réchauffage

Micro-onde : réchauffer à puissance maximale, entre 1min30 et 2 min pour les bocaux 1 part, et entre 5min et 7 min pour les bocaux 3-4 parts, selon la puissance de votre micro-onde.

Casserole : réchauffer à feu doux jusqu'à frémissement. Remuer régulièrement, ne pas faire bouillir.

Dégustation

Savourez notre Bourgui Vegan avec des tagliatelles fraîches ou une purée de pommes de terre.

Remarques

Le Bourguignon est un grand classique de la cuisine française, revisité avec du délicieux tofu fumé afin de satisfaire les végétaliens.

LISTE DES INGREDIENTS

Ingrédients	%
Vin rouge	29,61
Tofu fumé	20,73
Pomme de terre	17,02
Carotte	14,61
Champignon de Paris	11,35
Oignon	5,92
Ail	0,41
Farine	0,11
Sel	0,10
Bouquet garni	0,02
Poivre	0,01

NOMBRE DE PARTS	POIDS NET (GRAMMES)
1	230
3-4	810

VALEURS NUTRITIONNELLES (100G)

Protéines	Glucides	Sucres	Lipides	AGS	Kcal	Kj	Sel
10,34	12,57	3,86	5,67	0,97	201,07	827,29	0,51

ALLERGENES

Contient

Peut contenir des traces

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