



CROQUETAS DE JAMÓN



INGREDIENTES

Relleno (88%): Agua, harina de **trigo**, margarina [grasa de palma, aceite de girasol, agua, sal, emulgente (E 471), acidulante (ácido cítrico), aromas], jamón serrano (6%) [jamón, sal, azúcar, conservadores (E 250, E 252), antioxidante (ascorbato sódico)], cebolla, almidón de **trigo** y de maíz, aceite de girasol, suero de **leche**, sal, texturizado de **trigo**, aroma (contiene **leche**), aroma de humo, potenciadores del sabor (E 621, E 627, E 631), dextrosa y especias (contiene **apio**). (Porcentajes calculados en base al relleno).

Empanado: pan rallado (harina y salvado de **trigo**, agua, sal y levadura), agua, harina de **trigo**, proteína de **soja**, albúmina de **huevo**, espesante (E 464) y conservador (sorbato potásico). Consultar **trazas de alérgenos**.

ALÉRGENOS:

Contiene: gluten, leche, apio, huevo y soja.

Este producto ha sido elaborado en una fábrica que emplea: **pescado, crustáceos, moluscos, frutos de cáscara, mostaza y sésamo**.

PREPARACIÓN

No es necesario descongelar.

Fría las croquetas directamente en sartén o freidora en abundante aceite bien caliente (180°C) durante 4.5 minutos hasta que estén bien doradas.

Sugerencia: Freír en pequeñas cantidades para no alterar la temperatura del aceite en la fritura.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Información nutricional media	100 g	Porción de 83 g / 3 uds	% IR*
Valor energético (kJ/kcal)	773/185	644/154	8%
Grasas (g)	9,0	8	11%
de las cuales saturadas (g)	3,7	3,1	15%
Hidratos de carbono (g)	20	17	6%
de los cuales azúcares (g)	2,6	2,2	2%
Fibra alimentaria (g)	1,6	1,3	-
Proteínas (g)	5,3	4,4	9%
Sal (g)	0,7	0,58	12%

IR*: Ingesta de referencia de un adulto medio (8400 kJ/2000 kcal)

Este envase contiene 6 porciones aproximadamente.