



MIX DE VERDURAS



INGREDIENTES

Verduras (60%) (en proporción variable: coliflor, calabacín y alcachofa), agua, aceite de girasol, harina de **trigo** y de maíz, sal, gasificantes (E 450, carbonato de sodio).

ALÉRGENOS:

Contiene gluten.

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

PREPARACIÓN

No es necesario descongelar.

Freír directamente en sartén o freidora, en abundante aceite bien caliente (190°C) durante 2 a 2,5 minutos hasta obtener el color dorado deseado.

En horno: Precalentar el horno a 200 °C. Colocar el producto en una bandeja a media altura y hornear durante 14-15 minutos.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Información nutricional media	100 g (1 porción)	% IR*
Valor energético (kJ/kcal)	656/158	8%
Grasas (g)	12	17%
de las cuales saturadas (g)	1,4	7%
Hidratos de carbono (g)	9,4	4%
de los cuales azúcares (g)	2,4	3%
Fibra alimentaria (g)	1,8	-
Proteínas (g)	2,2	4%
Sal (g)	0,35	6%

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