

Kennzeichnung:

Aufbewahrung: Hinweise für die Aufbewahrung zu Hause: entweder sofort zubereiten oder bei -18°C mindestens haltbar bis Ende: siehe Aufdruck

Zutaten: Zutaten: Erbsen

Alkoholgehalt:
Portionen: 1
Nährwertanspruch:

Verwendungs
hinweis: Nach dem Auftauen nicht wieder einfrieren. Nicht roh verzehren ü Produkt bitte vor dem Verzehr durcherhitzen!

Zubereitung &
Anweisung: Zubereitung unter Benutzung von Mikrowellen In der Mikrowelle: Packungsinhalt unaufgetaut mit 2 Esslöffeln Wasser in ein mikrowellengeeignetes Geschirr geben. Bei 600 Watt zugedeckt 5 Min. erhitzen. Anschließend 4-5 Min. ziehen lassen.,Sieden - Zubereitung der Speise in kochendem Wasser Im Topf: Wenig Salzwasser zum Kochen bringen und die gewünschte Menge Erbsen unaufgetaut hineingeben. Nach dem Wiederaufwallen des Wassers ca. 3 Min. kochen.

Abmessungen: Nettogehalt 150.00 Gramm,Bruttogewicht 180.00 Gramm

Kontakt: Name: IGLO Austria; Adresse: Marchfelder Str. 2 2301 Groß-Enzersdorf; Webseite: www.iglo.at; Telefon: 0810 300 407

Allergene:

Attribute: Labelinformationen Umwelt und Verpackung AMA_SEAL_OF_APPROVAL AMA-Gütesiegel (Qualitätskontrolle, Österreich)
Labelinformationen Umwelt und Verpackung GREEN_DOT GREEN DOT - ARA (Verpackungskennzeichen)

Nährwerte pro 100 Gramm Zubereitet

Haushaltsportion	***Referenzmenge			
NAEHRSTOFF				
Energie	Ungefährer Wert (–)	248 Kilojoule		Tages %
Energie	Ungefährer Wert (–)	59 Kilokalorie		
Fett	Ungefährer Wert (–)	0.9 Gramm		
davon gesättigte Fettsäuren	Ungefährer Wert (–)	0.2 Gramm		
Kohlenhydrate	Ungefährer Wert (–)	5.5 Gramm		
davon Zucker	Ungefährer Wert (–)	3 Gramm		
Ballaststoffe	Ungefährer Wert (–)	4.5 Gramm		
Eiweiß	Ungefährer Wert (–)	5 Gramm		
Salz	Kleiner als (<) - zu klein für genaue Messung (Regel: <0.5)	0.01 Gramm		
Vitamin C	Ungefährer Wert (–)	17 Milligramm	21,00 %	

Junge Erbsen, tiefgekühlt

Nährwerte pro 1 Portion Zubereitet

Haushaltsportion	pro Portion ** (150 g)		Wert	Einheit	Tages %
NAEHRSTOFF					
Energie		Ungefährer Wert (-)	89	Kilojoule	
Energie		Ungefährer Wert (-)	375	Kilokalorie	
Fett		Ungefährer Wert (-)	1.4	Gramm	
davon gesättigte Fettsäuren		Ungefährer Wert (-)	0.3	Gramm	
Kohlenhydrate		Ungefährer Wert (-)	8.3	Gramm	
davon Zucker		Ungefährer Wert (-)	4.5	Gramm	
Ballaststoffe		Ungefährer Wert (-)	6.8	Gramm	
Eiweiß		Ungefährer Wert (-)	7.5	Gramm	
Salz		Kleiner als (<) - zu klein für genaue Messung (Regel: <0.5)	0.01	Gramm	
Vitamin C		Ungefährer Wert (-)	26	Milligramm	32,00 %