



Burger De Saison 'L'été'

Un burger pas frité, sans chapelure, juteux et plein des senteurs et goûts d'été.

Notre suggestion

Notre suggestion de servir le burger d'été est une salade fraîche d'été de tomates cerises, courgettes fraîchement râpés, des morceaux d'avocat et de basilic. Tout cela assaisonné avec un peu d'huile d'olive et le jus de citron. Vous pouvez servir avec un morceau de baguette fraîche ou «coco riz» (1 partie d'eau, 1 partie de la crème de coco et 1 part de riz)

Ingrédients:

Paprika* (29,5%) - SOJA yofu* (12,5%) (Eau, SOJA décortiquées*, Sirop de tapioca*, Pectine, L'amidon de maïs*, Citrique, Culture de yaourt/ferments) - Maïs - Pois chiches* - COUSCOUS* - Oignon* - Le lait de coco* - Concentré de tomate* - L'amidon de maïs* - Coriandre* - Ail* - Sel marin - Aneth* - Gingembre* - Huile de tournesol* (seulement la version précuite)

* Ingrédient d'origine biologique

Composition Burger De Saison 'L'été' par 100g

Protéines	170 Kcal	Acide Linoténique	3.7 g	Retinol (A)	41 µg
	4 g	Cholestérol	0 mg	Thiamine (B1)	0.06 mg
Glucides	20 g	--	--	Riboflavine (B2)	0.04 mg
Sucres	2.3 g	Eau	61 g	Cobalamine (B12)	0 µg
Amidon	4.3 g	Sel	1.32 g	Acide ascorbique (C)	48 mg
--	--	Natrium	528 mg	Calciférol (D)	0 µg
Fibres alimentaires	2.5 g	Kalium	226 mg	--	--
	--	Calcium	48 mg	--	--
Lipides	8 g	Phosphore	63.5 mg	--	--
Lipides saturés	1.95 g	Fer	1 mg	--	--
Monoinsaturés	1.7 g	Magnesium	27.5 mg	--	--
Polyinsaturés	4 g	Zinc	0.6 mg	--	--
Omega 3	0.04 g	Selenium	2 µg	--	--
Omega 6	3.7 g	Cuivre	0.1 mg	--	--
Acide folique	0 g	--	--	--	--



Composition Burger De Saison 'L'été' par portion

Protéines	153 Kcal	Acide Linoténique	3.3 g	Retinol (A)	37 µg
	3.6 g	Cholestérol	-- mg	Thiamine (B1)	0.05 mg
Glucides	18 g	--	--	Riboflavine (B2)	0.04 mg
Sucres	2 g	Eau	55 g	Cobalamine (B12)	-- µg
Amidon	3.9 g	Sel	1.19 g	Acide ascorbique (C)	43 mg
--	--	Natrium	475 mg	Calciférol (D)	-- µg
Fibres alimentaires	2.2 g	Kalium	203 mg	--	--
	--	Calcium	43 mg	--	--
Lipides	7.2 g	Phosphore	57 mg	--	--
Lipides saturés	1.75 g	Fer	0.9 mg	--	--
Monoinsaturés	1.5 g	Magnesium	25 mg	--	--
Polyinsaturés	3.6 g	Zinc	0.5 mg	--	--
Omega 3	0.04 g	Selenium	1.8 µg	--	--
Omega 6	3.3 g	Cuivre	0.1 mg	--	--
Acide folique	-- g	--	--	--	--

Allergènes

Gluten	A	Poisson	--	Lait	B	Moutarde	B	Lupin	--
Crustacés	--	Terre noix	--	Fruits coques	B	Graines de sésame	B	Mollusques	--
Oeuf	B	Soja	A	Céleri	B	Sulfite	--	Calciférol (D)	--

A = present

B = peut contenir des traces de

- = absent

Info Allergie: Ce produit est fabriqué dans une firme où on utilise également des oeufs et du fromage.