



Falafel 'Oh so original'

Avec ce falafel végétarien La vie est belle donne une interprétation originelle d'une recette classique. Sa juteuse base d'herbes aromatiques, épices traditionnelles et pois chiches frais garantit une explosion de saveur.

Notre suggestion

Sauce: yaourt à la libanaise

Mélangez café de table et soupe de Satez
 Origine: Liban (70g) De Bio (10g) (214g) Eau de cuisson* Sel de table* Cuillère à café de tahin et une

Composition Falafel 'Oh so original' par 100g

Protéines	153 Kcal	Acide Linoléique	3,28 g	Retinol (A)	71,39 µg
	8,21 g	Cholestérol	0 mg	Thiamine (B1)	0,34 mg
Glucides	15,64 g	--	--	Riboflavine (B2)	0,08 mg
Sucres	2,51 g	Eau	56,23 g	Cobalamine (B12)	0 µg
Amidon	12,74 g	Sel	0,89 g	Acide ascorbique (C)	18,07 mg
--	--	Natrium	354,02 mg	Calciférol (D)	0 µg
Fibres alimentaires	8,08 g	Kalium	417,87 mg	--	--
	--	Calcium	93,91 mg	--	--
Lipides	6,41 g	Phosphore	180,46 mg	--	--
Lipides saturés	0,83 g	Fer	3,38 mg	--	--
Monosaturés	2,05 g	Magnésium	60,13 mg	--	--
Polyinsaturés	3,34 g	Zinc	1,4 mg	--	--
Omega 3	0,02 g	Selenium	1,43 µg	--	--
Omega 6	2,61 g	Cuivre	0,37 mg	--	--
Acide folique	0 g	--	--	--	--



Composition Falafel 'Oh so original' par portion

Protéines	-- Kcal	Acide Linoténique	-- g	Retinol (A)	-- µg
	-- g	Cholestérol	-- mg	Thiamine (B1)	-- mg
Glucides	-- g	--	--	Riboflavine (B2)	-- mg
Sucres	-- g	Eau	-- g	Cobalamine (B12)	-- µg
Amidon	-- g	Sel	-- g	Acide ascorbique (C)	-- mg
--	--	Natrium	-- mg	Calciférol (D)	-- µg
Fibres alimentaires	-- g	Kalium	-- mg	--	--
	--	Calcium	-- mg	--	--
Lipides	-- g	Phosphore	-- mg	--	--
Lipides saturés	-- g	Fer	-- mg	--	--
Monoinsaturés	-- g	Magnesium	-- mg	--	--
Polyinsaturés	-- g	Zinc	-- mg	--	--
Omega 3	-- g	Selenium	-- µg	--	--
Omega 6	-- g	Cuivre	-- mg	--	--
Acide folique	-- g	--	--	--	--

Allergènes

Gluten	--	Poisson	--	Lait	--	Moutarde	--	Lupin	--
Crustacés	--	Terre noix	--	Fruits coques	--	Graines de sésame	--	Mollusques	--
Oeuf	--	Soja	--	Céleri	--	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.