



Λιγκουίни με
**ΣΑΛΤΣΑ
ΜΠΟΛΟΝΕΖ**

ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΑ ΠΙΑΤΑ

Έτοιμα σε μόλις 3 λεπτά

Μια εκλεκτή επιλογή από έτοιμα γεύματα που αποσκοπούν στην εξοικονόμηση χρόνου και ενέργειας για σύγχρονους και πολυάσχολους ανθρώπους που δεν θέλουν να διαπραγματευτούν την ποιότητα. Απλά ζεστάνετε και απολαύστε! Ανακαλύψτε μια ολόκληρη σειρά από σπιτικές μεσογειακές συνταγές, που προετοίμασαν οι έμπειροι σεφ μας με φροντίδα και υλικά υψηλής ποιότητας.





Λιγκουίνι με ΣΑΛΤΣΑ ΜΠΟΛΟΝΕΖ



**ΜΑΓΕΙΡΕΜΕΝΟ
ΓΕΥΜΑ
ΕΤΟΙΜΟ ΣΕ 3'**

ΜΕ ΕΞΤΡΑ
ΠΑΡΘΕΝΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ
—
ΧΩΡΙΣ ΠΡΟΣΘΕΤΑ
—
ΧΩΡΙΣ ΣΥΝΤΗΡΗΤΙΚΑ

Συστατικά: 64% σάλτσα Μπολονέζ [ντομάτα, χοιρινός κιμάς, λευκό κρασί (περιέχει **θειώδη**), κρεμμύδια, έξτρα παρθένο ελαιόλαδο, βασιλικός, μαϊντανός, ζωμός κοτόπουλου (αλάτι, σιρόπι γλυκόζης, εκχύλισμα μαγιάς, αρωματικές ύλες (περιέχει **αυγό**), υδρολυμένες φρυτικές πρωτεΐνες, άμυλο καλαμποκιού, ζάχαρη, ελαιόλαδο, εκχύλισμα κοτόπουλου (1%), εκχυλίσματα μπαχαρικών (περιέχουν **σέλινο**), κρεμμύδι σε σκόνη, σκόνη σκόρδου, μπαχαρικά) αρωματικά βότανα και μπαχαρικά], 33% μαγειρεμένα λιγκουίνι (σιμιγδάλι **σίτου**, νερό), σκληρό τυρί [αγελαδινό **γάλα**, αλάτι, μικροβιακή πυτιά, καλλιέργεια, συντηρητικό: λυσοζύμη (περιέχει **αυγό**)], αλάτι.

Διατροφική Δήλωση	Ανά 100g:	Ανά μερίδα 300g	%ΠΠΑ*
Ενέργεια	951kJ/227kcal	2853kJ/681kcal	34%
Λιπαρά	9,5g	28,5g	41%
εκ των οποίων κορεσμένα	2,4g	7,2g	36%
Υδατάνθρακες	25,9g	77,7g	30%
εκ των οποίων σάκχαρα	2,4g	7,2g	8%
Πρωτεΐνες	8,7g	26,1g	52%
Αλάτι	0,73g	2,19g	37%

* ΠΠΑ (%) Προσλαμβανόμενη Ποσότητα Αναφοράς ενός μέσου ενήλικα 8400kJ/2000kcal

Διάρκεια Ζωής: 45 ημέρες.

Διατηρείται στο ψυγείο σε θερμοκρασία 1°C - 5°C
Μετά το άνοιγμα να διατηρείται στο ψυγείο και να καταναλώνεται εντός 24 ωρών.

Κατάλληλο για κατάψυξη. Ξεπαγώστε καλά πριν την χρήση.
Μετά την απόψυξη (στο ψυγείο) καταναλώστε το εντός 24 ωρών.

ΚΑΘΑΡΟ ΒΑΡΟΣ: 300g e | 1 ΜΕΡΙΔΑ



1
ΑΦΑΙΡΕΣΤΕ
ΤΗΝ ΕΤΙΚΕΤΑ



2
ΤΟΠΟΘΕΤΗΣΤΕ
ΣΤΟΝ ΦΟΥΡΝΟ
ΜΙΚΡΟΚΥΜΑΤΩΝ
[750W]
ΓΙΑ 2 ΛΕΠΤΑ



3
ΑΦΗΣΤΕ
ΤΟ ΓΕΥΜΑ ΝΑ
ΞΕΚΟΥΡΑΣΤΕΙ
ΓΙΑ 1 ΛΕΠΤΟ



4
ΑΦΑΙΡΕΣΤΕ
ΤΟ ΦΙΛΜ ΚΑΙ
ΑΠΟΛΑΥΣΤΕ

**Πριν από
τη θέρμανση:**
Αφαιρέστε
την ετικέτα χωρίς
να αφαιρέσετε
ή να τρυπήσετε
το φιλμ.

**Μην το
ξαναζεσταίνετε
όταν κρύνει.**

**Κατά τη
θέρμανση:**
Οι όποιοι θόρυβοι
σκασίματος και
φουσκώματος από
τον ατμό είναι
φυσιολογικοί.

**Οι ρυθμίσεις των συσκευών
θέρμανσης μπορεί να ποικίλλουν.**

**Μετά
τη θέρμανση:**
Ελέγξτε ότι το φαγητό
είναι ζεστό. Αφήστε
να σταθεί για ένα
λεπτό.

Μεσογειακές συνταγές

ΕΤΟΙΜΟ ΣΕ ΜΟΛΙΣ 3 ΛΕΠΤΑ.