

SELEZIONE SCATOLE PETALO NERO



RISO INTEGRALE PETALO NERO



RISO INTEGRALE PETALO NERO

Molto nutriente e aromatico, ricco di fibra e sali minerali, ideale per la preparazione di insalate e risotti oppure come accompagnamento di verdure, pesce e crostacei.

DICHIARAZIONE NUTRIZIONALE

VALORI NUTRIZIONALI MEDI	100 g	60 g
Energia	1476,5 kJ 348,6 kcal	885 kJ 209 kcal
Grassi <i>di cui saturi</i>	2,8 g 0,0 g	1,6 g 0,0 g
Carboidrati <i>di cui zuccheri</i>	72,3 g 0,0 g	43,4 g 0,0 g
Fibre	3,1 g	1,8 g
Proteine	7,0 g	4,2 g
Sale	0,0 g	0,0 g

L'ORIGINALE RISO NERO AROMATICO ITALIANO

Riso integrale dal chicco medio,
dal naturale colore nero.



Versare acqua e riso in una pentola,
aggiungendo poco sale, coprire e
portare a ebollizione.
Cuocere coperto per circa 35 minuti
in pentola normale, 20 minuti in
pentola a pressione.