



< retour

Fruits et légumes

Chouchou(s) (Chayote, Christophine)



Aimez-vous cet ingrédient ?

IMPRIMER [1]

TÉLÉCHARGER [2]

À PROPOS DE

CARACTÉRISTIQUES

Saisonnalité :



Type : Concombre, courge, potiron...

Poids moyen : 200g

VALEURS NUTRITIVES (pour 100g*)

calories

19
kcal

protéines

0,82
g

glucide

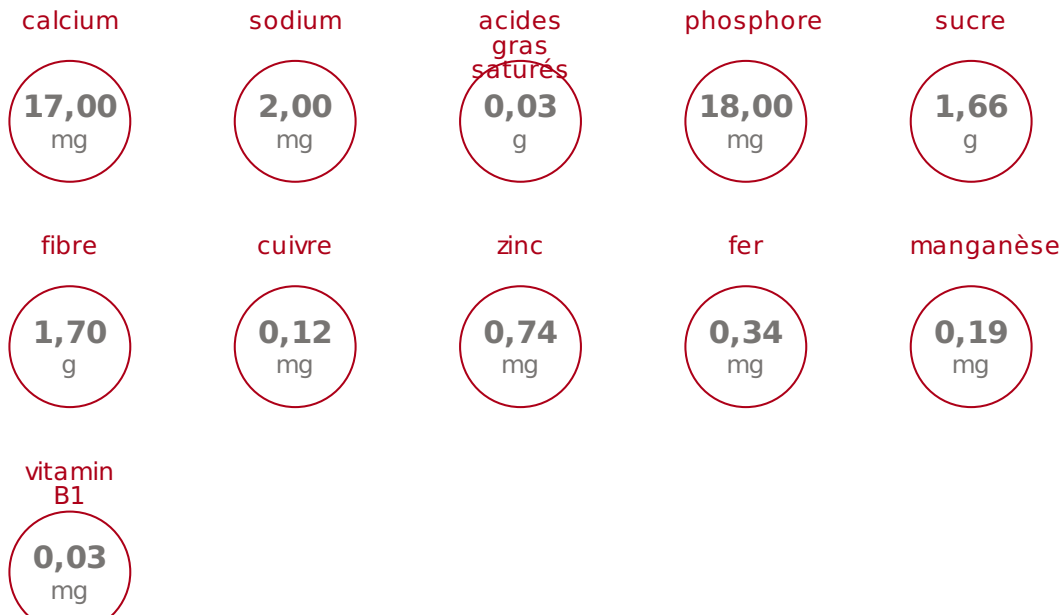
4,51
g

lipide

0,13
g

magnesium

12,00
mg



[Afficher plus](#)

* Source de données : AFSSA

Gratin de chou chou et citrouille [3]

[En savoir plus \[3\]](#)

Christophines farcies [4]

[En savoir plus \[4\]](#)

Liens

[1] <https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/15490>

[2] <https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/15490>

[3] <https://www.qooq.com/recipes/gratin-de-chou-chou-et-citrouille>

[4] <https://www.qooq.com/recipes/christophines-farcies>