



< retour

*Epicerie*

# Massalé



Aimez-vous cet ingrédient ?

IMPRIMER [1]

TÉLÉCHARGER [2]

À PROPOS DE

## CARACTÉRISTIQUES

**Saisonnalité :**



**Type :** Epices

Le massalé est idéal pour servir de base à toutes sortes de sauces exotiques.

## COMMENT CHOISIR ?

Le massalé est un mélange d'épices moulues telles que la coriandre, le cumin, le fénugrec, des graines de moutarde, des clous de girofle et du curcuma. Ce mélange est vendu en

flacons au rayon épicerie des grandes surfaces.

## COMMENT CONSERVER ?

Se congèle : oui

Se conserve dans un flacon bien fermé, dans un endroit frais et sec à l'abri de la lumière.

## VALEURS NUTRITIVES (pour 100g\*)

calories	protéines	glucide	lipide	magnesium
327 kcal	12,00 g	37,10 g	8,32 g	233,00 mg
calcium	sodium	acides gras saturés	phosphore	sucre
521,00 mg	56,30 mg	1,16 g	255,00 mg	28,70 g
fibres	cuivre	zinc	fer	manganèse
27,70 g	1,06 mg	2,48 mg	19,70 mg	5,33 mg
vitamin B1				
0,20 mg				

[Afficher plus](#)

\* Source de données : AFSSA

## Massalé de crevettes [3]

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

### Liens

[1] <https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/15816>

[2] <https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/15816>

[3] <https://www.qooq.com/recipes/massale-de-crevettes>