



[< retour](#)

*Epicerie*

# Chutney de mangue



Aimez-vous cet ingrédient ?

[IMPRIMER](#) [1]

[TÉLÉCHARGER](#) [2]

À PROPOS DE

## CARACTÉRISTIQUES

Saisonnalité :



**Type :** Confitures, gelées, coulis

On utilise des fruits verts non pelés pour réaliser le chutney de mangue. Du sucre et des épices sont souvent ajoutés pour donner plus de parfum à cette sauce.

## VALEURS NUTRITIVES (pour 100g\*)

calories

protéines

glucide

lipide

magnesium

**171**  
kcal

calcium

**0,80**  
g

sodium

**40,50**  
g

acides  
gras  
saturés

**0,30**  
g

phosphore

**12,50**  
mg

sucre

**15,90**  
mg

fibres

**163,40**  
mg

cuivre

**0,04**  
g

zinc

**23,00**  
mg

fer

**39,00**  
g

manganèse

**0,80**  
g

vitamin  
B1

**0,02**  
mg

**0,06**  
mg

**0,12**  
mg

**0,40**  
mg

**0,27**  
mg

[Afficher plus](#)

\* Source de données : AFSSA

Il n'y a actuellement aucun contenu classé avec ce terme.

---

## Liens

[1] <https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/16331>

[2] <https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/16331>