



< retour

*Boucherie*

# Sauce graine

Aimez-vous cet ingrédient ?

IMPRIMER [1]

TÉLÉCHARGER [2]

À PROPOS DE

## CARACTÉRISTIQUES

**Saisonnalité :**

jan fév mar avr mai jui jui aoû sep oct nov  
déc

**Type :** Autres condiments

La sauce graine est une pulpe naturelle issue du fruit du palmier à l'huile. Les fruits sont triés, lavés et blanchis puis ils sont dénoyautés et enfin pressés pour obtenir la sauce graine.

## VALEURS NUTRITIVES (pour 100g\*)

calories	protéines	glucide	lipide	magnesium
197 kcal	2,02 g	2,81 g	21,33 g	46,00 mg
calcium	sodium	acides gras saturés	phosphore	cuivre
18,00 mg	13,00 mg	18,92 g	96,00 mg	0,22 mg
zinc	fer	manganèse	vitamin B1	vitamin B3
0,56 mg	3,30 mg	0,77 mg	0,02 mg	0,64 mg



vitamin  
B5  
**0,15**  
mg

[Afficher plus](#)

\* Source de données : AFSSA

## Saka saka aux épinards [3]

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

---

### Liens

[1] <https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/16364>

[2] <https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/16364>

[3] <https://www.qooq.com/recipes/saka-saka-aux-epinards>