< retour

Fruits et légumes

Mini-épi(s) de maïs

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 : Gousses et Graines (Haricots verts...)

Poids moyen : 10g

VALEURS NUTRITIVES (pour 100g*)

calories	protéines	glucide	lipide	sodium
27 kcal	1,60 g	4,00 g	0,20 g	350,00 mg

* Source de données : AFSSA

sucre	fibre	amidon
2,10 g	1,40 g	1,79 g

Légumes croquants en dinette [3]

En savoir plus [3]

Liens

[1] https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/16459

[2] https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/16459

[3] https://www.qooq.com/recipes/legumes-croquants-en-dinette