



SAUCE AGRIDOUCÉ

Sauce Agridoucé

 10 heures 15 heures 4 portions

INGRÉDIENTS

- 1 portion grande de tomate, crue (150 g)
- 1 pincée, 1 pincée d'ail en poudre
- 1 grand morceau de sucre blanc (7 g)
- 1 cuillère à soupe moyenne d'amidon de maïs ou féculé de maïs (12 g)
- Eau

MODE DE PRÉPARATION

- 1° Mixer la tomate.
- 2° Delayer la féculé avec un peu d'eau.
- 3° Dans un casserole ajouter la tomate mixée, la féculé delayée, le sel, l'ail en poudre et le sucre.
- 4° Laisser à feu bas jusqu'à épaississement.
- 5° Garder dans un bocal. [Durée de consommation 5-7 jours]

INFORMATION NUTRITIONNELLE

	PAR 100 g	PAR PORTION (25 g)	% AR
ÉNERGIE	39 kcal	10 kcal	0 %
PROTÉINES	1 g	0 g	0 %
GLUCIDES	11 g	3 g	1 %
SUCRES	6 g	1 g	2 %
LIPIDES	0 g	0 g	0 %
ACIDES GRAS SATURÉS	0 g	0 g	0 %
FIBRES ALIMENTAIRES	1 g	0 g	1 %
SODIUM	1576 mg	394 mg	16 %