



SÉMOLA DE ARROZ CON ALBÓNDIGAS DE CARNE GFC

Caldo de pollo [carcasas de pavo y pollo, puerro, zanahoria, tomate natural, puerro], sémola de arroz, Carne de cerdo 34%, carne de vacuno 28%, agua, proteína de guisante, cebolla cocida, almidón de guisante, sal, especias, fibra de guisante y aroma. Alérgenos: puede contener trazas de soja.

5 minutos
20 minutos
1 Ración

INGREDIENTES

- 160 gramos de caldo de pavo y pollo GFC
- 40 gramos de sémola de arroz, cruda
- 50 gramos de albóndiga mixta ultracongelada

MÉTODO DE PREPARACIÓN

- 1º Calentar la ración de caldo de pescado hasta que empiece a hervir y entonces añadimos la sémola, la albóndiga y mantenemos el fuego medio aproximadamente unos 10 minutos, remuévelo despacio y listo.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR RACIÓN (250 g)	% DDR
ENERGÍA	108 kcal	269 kcal	13 %
PROTEÍNA	5 g	13 g	26 %
H. CARBONO	12 g	31 g	12 %
AZÚCARES	1 g	1 g	1 %
GRASA	4 g	9 g	13 %
GRASAS SATURADAS	1 g	4 g	19 %
FIBRA ALIMENTARIA	1 g	2 g	9 %
SODIO	249 mg	623 mg	26 %