

FICHE TECHNIQUE LENTILLES VERTES BIO

LENTILLES VERTES BIO



Nous vous proposons des lentilles vertes produites en Occitanie et transformées au coeur du Tarn, à Albi.

Notre process innovant les rend plus digestes et rapides à mettre en oeuvre.

Nos lentilles sont lavées, trempées, germées, cuites à la vapeur puis surgelées en IQF. Ainsi elles ne posent plus de problèmes de digestion, d'assimilation des nutriments et elles sont prêtes en quelques minutes.

Elles sont entièrement en adéquation avec le cadre de la LOI EGALIM. Sachets de 5kg et 10kg disponibles.

Le potentiel de la légumineuse est maximisé.


Caractéristiques Générales

Descriptif produit :	Trempé. Cuit vapeur. Surgelé IQF
Conservation :	-18°C
DDM (date de durabilité minimale) :	730 jours
Durée de vie après décongélation :	5 jours si conservé entre 0 et 3°C
Conditionnement :	Sachet de 5kg et 10kg
Lieu de transformation :	Albi 81000
Origine du produit :	France

Composition

Liste des ingrédients :	Lentilles vertes 100%
Composants spécifiques :	Aucun
Liste des allergènes :	Aucun

Données Logistiques

Unité	Poids net (kg)	Poids brut (kg)	Nb d'UQB	Unité Quantité de Base	Nb de colis par unité	Dimensions en mm (PxlxH)	EAN/GTIN
Sachet	5	5	1	Sachet	-	-	
Colis	10	10,35	2	Sachet	-	400/300/200	-
Couche	80	82,80	16	Sachet	8	-	-
Palette	400	422	80	Sachet	40	1200/800/1200	-

Valeurs Nutritionnelles Indicatives pour 100 g

Énergie	127 kcal / 535 kJ
Matières grasses	0,58 g
Dont acides gras saturés	0,1 g
Glucides	16,2 g
Dont sucres	0,2 g
Protéines	10,1 g
Fibres	8,45 g
Sel	0,02 g

GEMRCN Classification : Légumes secs, féculents ou céréales seuls ou en mélange contenant au moins 50% de légumes secs, féculents ou céréales

Fréquence pour 20 repas successifs : 10/20

Contient également : calcium, chlorure, cuivre, fer, iode, magnésium, phosphore, potassium, sodium, zinc, carotène, vitamines B1, B2, B3, B5, B6, B9, C, D, E, K1.

Remise en oeuvre

Lentilles vertes BIO	Lentilles vertes trempées, germées, cuites à la vapeur puis surgelées
Préparation chaude (3 méthodes possibles)	<p>❶ Positionnez le contenu d'un demi sachet de lentilles dans un bac gastro GN1/1 de 65 mm de Hauteur. Arrosez d'un bouillon et ajoutez une garniture si vous le souhaitez puis enfournez à 99 °C mode vapeur pendant 10 minutes</p> <p>❷ Préparez un bouillon épais et votre garniture dans une sauteuse. Versez la quantité de lentilles désirée tout en remuant et en maintenant la chauffe. Une fois la sauteuse remis en température, maintenez la température pendant 4 minutes.</p> <p>❸ Plongez la quantité de lentilles désirée dans un grand volume d'eau bouillante pendant 4 minutes. Égouttez.</p>
Préparation froide (2 méthodes possibles)	<p>❶ Placez le(s) sachet(s) en chambre froide positive après 24 H les légumineuses sont prêtes à être consommées ou travaillées.</p> <p>❷ Plongez la quantité de lentilles désirée dans un grand volume d'eau tempérée pendant 6 minutes. Égouttez.</p>