

Mélange 3 céréales, Sarrasin grillé, Orge et Millet

• **Ingrédients :**

- Sarrasin grillé (40%), Orge concassé (30%), Millet (30%)

• **Informations sur le Kasha, mélange 3 céréales Vivien Paille :**

- Subtil mélange de 3 céréales recommandées pour leurs bienfaits nutritionnels : le Sarrasin grillé, riche en protéines, en fibres et magnésium, a une couleur et une saveur très prononcées. Facile à digérer, le Sarrasin est une excellente source de minéraux et de vitamines. Il contient tous les acides aminés essentiels. Très nutritif, c'est un puissant reminéralisant. L'Orge, est riche en bêta-glucanes, des fibres aux propriétés santé reconnues. Source de phosphore, de magnésium et de fer, l'Orge participe à un bon équilibre alimentaire. Le Millet, la céréale la plus riche en vitamine B1, elle contient aussi de nombreux minéraux, dont managnèse et zinc. Source de calcium, de potassium, de sodium et de fer, le Millet est une céréale dotée d'une grande valeur nutritionnelle.
- Le Kasha est un des plats les plus populaires en Europe de l'Est; il se consomme comme céréales au petit déjeuner, en entrées froides, salades et hors d'oeuvre, en accompagnement de plats en sauce, en soupe et en dessert.
- Le Kasha Vivien Paille, en garniture ou plat complet, c'est une alternative aux pâtes, au blé précuit, à la semoule de couscous.

• **Riche en fibres**

• **Cuisson rapide :** 14 minutes

• **Mélange 3 céréales idéal pour :**

- salades, hors d'œuvre
- garniture d'une viande ou d'un poisson
- plat complet avec des petits légumes
- soupes et potages
- desserts

• **Rendement :**

- cuisson « créole » : x 3,1
- 1 sac de 2,5 kg = 40 à 45 couverts



Valeurs énergétiques et nutritionnelles moyennes pour 100g

Energie	Protéines	Glucides	Lipides	Fibres	Sodium
350 kcal (1483 kJ)	10,2 g	69,1 g	2,4 g	6,0 g	0,001 g

EAN 13	Désignation du produit	Poids Net UVC	UVC/Colis	Colis/Palette	Poids net Palette	Hauteur totale palette
3039820170201	Kasha, mélange 3 céréales	2,5 Kg	6	48	720 Kg	143 cm

Un éventail de saveurs pour une alimentation saine et équilibrée...

SOUFFLET ALIMENTAIRE - Rue du Petit Bruxelles - 59300 VALENCIENNES - Tél. : 03 27 20 09 09 - E-mail : fvail@soufflet-group.com