



## B E T T E À C A R D E

### INGRÉDIENTS ACTIFS :

La bette à carde est particulièrement riche en provitamine A ou bêta-carotène : cette vitamine est essentielle pour la peau, les tissus et la vue. La bette carde apporte une grande quantité de magnésium et de fer, deux substances nécessaires à une bonne alimentation et qui font souvent défaut, particulièrement chez les femmes, les enfants et les adolescents.

### CARACTÉRISTIQUES :

La bette à carde, également connue comme beta vulgaris cyclachenopodiacee, est une variété de betterave provenant de la région méditerranéenne. Elle appartient à la famille des Chenopodacee, la même famille que les épinards.

### LE SAVIEZ-VOUS?

En 420 après J.C., la bette à carde apparaît dans certains écrits grecs sous le nom de « beta ». Au XV<sup>e</sup> siècle, la culture de la bette à carde est désormais répandue au niveau européen, particulièrement dans les monastères. Elle a initialement été cultivée pour ses feuilles, mais plus tard les gens ont commencé à manger aussi sa racine, plus particulièrement la variété rouge.

### CONSEILS DU CHEF :

*de faire revenir le produit  
dans une poêle avec du lard,  
de l'huile, de l'ail et du sel afin  
d'en rehausser le goût.  
Bon appétit !*



BETTE À CARDE  
NATURE  
300 g



8 054934 420313

Produit par : ANNATURA srl  
Fabrique Via E. Amaldi, 12 - 00015 Monterotondo (Z.I.) Rome



## Spécification / Bette à carde

Valeurs Nutritionnelles pour 100 g de bette à carde

ÉNERGIE (calories)	18 kcal / 74 kJ
Partie comestible	100
Eau	92,2
Protéines	1,5
Graisses	0,1
Graisses saturées	0,02
Glucides	2,1

Sucres	2,1
Fibres	1,4
Sel (mg)	8
Calcium (mg)	64
Fer (mg)	0,8
Vitamine A (µg)	237
Vitamine C (mg)	5

Valeurs établies sur la base des données de composition nutritionnelle des aliments tirées de:

CREA  
Centro di ricerca Alimenti e Nutrizione

Page web:  
<https://www.crea.gov.it/alimenti-e-nutrizione>

Page web:  
<https://www.alimentinutrizione.it>

INGRÉDIENTS	Bette à carde MAP : bette à carde fraîche sans aromatisants ni agents conservateurs.
PROPRIÉTÉS ORGANOLEPTIQUES	Couleur : verte. Odeur : caractéristique. Consistance : compacte, comparable à celle du produit frais. Saveur : comparable à celle du produit frais.
DURÉE DE CONSERVATION	Bette à carde MAP : produit comestible à consommer dans les 30 jours.
PROCÉDÉ DE PRODUCTION	Spécialité classée V <sup>e</sup> gamme (produits au naturel). Bette à carde de grande qualité soigneusement sélectionnée. La préparation exclusive et le procédé de cuisson assurent la maintenance des propriétés organiques et nutritionnelles. La bette à carde est intégralement traitée dans des zones d'hygiène contrôlée conformément aux réglementations décrites dans le programme d'autocontrôle HACCP appliqué sur le site de production. Les normes IFS (International Food Standard) sont appliquées durant le processus de production.
CONSERVATION	Le produit doit être conservé au froid, entre 0°C et 4°C. Le produit doit être consommé dans les 2 jours après ouverture. Il est recommandé de respecter la chaîne du froid.
PRÉPARATION	Réchauffer pendant 5 minutes à la poêle ou pendant 3 minutes au micro-ondes à 950 watts en prenant soin de remuer pendant le réchauffage.
ORIGINE DE L'INGRÉDIENT PRINCIPAL	Italie.
AUTRE MATIÈRE VÉGÉTALE	≤ 2%
ALLERGÈNES	Le produit ne contient aucun allergène et est conforme au règlement (UE) 1169/2011 tel que modifié. Toute éventuelle contamination croisée est signalée sur l'étiquette.
EMBALLAGE	Pour le produit naturel : POLYPROPYLENE TRANSPARENT COPOLYMÈRE ET FILM ANTIBUÉE. Pour le produit sous atmosphère protectrice : BARQUETTE EN PP-EVOH-PP TRANSPARENTE À REVÊTEMENT BARRIÈRE ET FILM ANTI-BUÉE. Déclaration d'aptitude au contact alimentaire : A.M. 21/3/1973 tel que modifié et complété ; Décret-loi 152/2006 - art. 226 alinéa 4 ; Décret-loi n° 29 du 10 février 2017 ; Règlement (CE) 1935/2004 tel que modifié et complété ; Directive 2007/19/CE telle que modifiée et complétée ; Règlement (UE) 10/2011 tel que modifié et complété ; Règlement (UE) 2015/174, modifiant et corrigeant le Règlement UE 10/2011.
INFORMATION MICROBIOLOGIQUE	Listeria monocytogenes Absente UFC/25g. Conformément au RÈGLEMENT (CE) n° 2073/2005 tel que modifié et complété.