



LENA
TURE
BIO

BROCCOLI

Le vrai visage
de la nature est Bio.



INGRÉDIENTS ACTIFS :

Le brocoli est pauvre en calories et possède de clairs bénéfices nutritionnels : c'est une source de vitamines C et B9 et apporte également une grande quantité de fibres, de provitamine A et de magnésium.

Récemment, des chercheurs ont démontré que le brocoli présente des caractéristiques utiles dans la prévention de certains cancers, grâce à certains composés produits par le brocoli en complémentarité avec des vitamines antioxydantes (la vitamine C et la provitamine A).

CARACTÉRISTIQUES :

Sur le plan botanique, le brocoli est similaire au chou-fleur et se caractérise par une belle couleur verte. La plante du brocoli est en effet similaire à celle du chou-fleur, la principale différence se trouvant dans ses feuilles, qui ont des bords beaucoup plus découpés et une tige plus longue et sont parfois plus sombres et en moins grand nombre que les feuilles du chou-fleur. La partie comestible du brocoli est l'efflorescence, formée d'une grande quantité de fleurs complètement différenciées. Il existe plusieurs variétés autochtones du brocoli, quoiqu'aujourd'hui elles soient remplacées par un nombre de variétés sélectionnées.

En Italie, les brocolis sont principalement cultivés dans les régions des Pouilles, Campanie, Latium et Marche.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Il semblerait que le brocoli était bien connu depuis l'Antiquité; il était considéré sacré par les Grecs et les Romains, qui l'utilisaient pour guérir certaines maladies. Au fil du temps, le brocoli a été de plus en plus utilisé et sa présence dans les cantines des lieux de travail a sensiblement augmenté en raison de ses innombrables qualités. Par ailleurs, le brocoli a longtemps été considéré comme un aliment des temps difficiles.

CONSEILS DU CHEF :

Le produit, cuit et préservé au naturel, conservé dans des emballages appropriés, peut être immédiatement consommé après ouverture du paquet, l'assaisonnant avec de l'huile d'olive extra vierge, du sel et du citron; sinon, on peut le faire revenir avec du bacon, de l'huile d'olive vierge extra, de l'ail, du sel, du poivre et des croûtons de pain.

Bon appétit!!!



BROCCOLI NATURE
250 g



8 054934 420757



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



Spécifications / Brocoli

Valeurs Nutritionnelles pour 100 g de brocoli (cru)	
CALORIES	22 kcal 92 kJoule
Partie comestible	60%
Eau	91,4 g
Glucides	2,0 g
Graisses	0,3 g
Protéines	2,9 g
Fibres	2,9 g

Valeurs Nutritionnelles pour 100 g de brocoli (cuit)	
CALORIES	32 kcal 134 kJoule
Partie comestible	100%
Eau	92,8 g
Glucides	2,0 g
Graisses	0,4 g
Protéines	4,2 g
Fibres	3,1 g

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

- tableaux de composition chimique et de valeur énergétique des aliments de l'Institut National de la Nutrition, de Rome ;
- tableaux de composition des aliments de l'Institut Allemand pour les recherches bromatologiques, de Garching-Monaco de Bavière.

INGRÉDIENTS	Brocoli nature : brocoli frais sans aromatisants ni agents conservateurs ou gaz protecteur. Brocoli MAP : brocoli frais sans aromatisants ni agents conservateurs ou gaz protecteur.
PROPRIÉTÉS ORGANOLEPTIQUES	Couleur : verte et blanche. Odeur : caractéristique. Consistance : compacte, comparable à celle du produit frais. Saveur : comparable à celle du produit frais.
DURÉE DE CONSERVATION	Brocoli nature : produit à consommer dans les 12 jours. Brocoli MAP : produit à consommer dans les 30 jours (date d'expiration imprimée sur l'emballage)
PROCÉDÉ DE PRODUCTION	Spécialité classée V ^e gamme (produits au naturel). Brocolis de grande qualité soigneusement sélectionnés. La préparation exclusive et le procédé de cuisson assurent la maintenance des propriétés organiques et nutritionnelles. Le brocoli est intégralement traité 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 aussitôt dans les 24/48 heures après ouverture. Il est recommandé de respecter la chaîne du froid.
PRÉPARATION	Tel quel : ouvrez et assaisonnez au goût. Sauté : versez le contenu du paquet dans une casserole et réchauffez le produit à feu doux pendant 2 à 4 minutes puis assaisonnez au choix avant de servir. Microondes : après avoir retiré le plastique alimentaire, mettez le paquet directement dans le four à microondes et chauffez à puissance moyenne (750W) pendant 2 minutes.
ORIGINE DE L'INGRÉDIENT PRINCIPAL	Italie et / ou autre pays de la CE.
AUTRE MATIÈRE VÉGÉTALE	≤ 1%
ALLERGÈNES	Le produit nature ne contient pas d'allergènes et respecte la directive Européenne CE 2003/89 du 10-11-03 et les modifications successives relatives aux allergènes ainsi que le Règlement (UE) 1169/2011.
EMBALLAGE	Produit nature : COPOLYMÈRE DE POLYPROPYLENE TRANSPARENT ET FILM PLASTIQUE ANTIBUÉE. Produit MAP : EMBALLAGE PP-EVOH-PP TRANSPARENT ET FILM PLASTIQUE ANTIBUÉE. Déclaration d'autorisation d'entrer en contact avec les denrées alimentaires (D.M. 21/3/1973 et modifications successives). D.Lgs. 142/2006 - article 226 section 4; Registre CEE 2004.1935 CEE; Directive CEE 2002/72 - CEE et amendements successifs ; Directive CEE 1994/62 - CEE. Règlement (UE) 2015/174, de la Commission du 5/02/2015, modifiant ou rectifiant le Règlement UE 10/2011. Règlement (CE) n° 889/2008 de la Commission du 5 septembre 2008 et ses modifications successives, incluant les modes d'application du Règlement (CE) n° 834/2007 du Conseil relatif à la production Bio et à l'étiquetage des produits Bio, en ce qui concerne la production Bio, l'étiquetage et les contrôles.
INFORMATION MICROBIOLOGIQUE	Absence de Listeria monocytogenes UFC/25 conformément à la réglementation européenne (CE) n. 2073/2005.