



ANNA  
TURA

## BIETA

### PRINCIPI ATTIVI:

La bieta è particolarmente ricca di provitamina A o beta-carotene: questa vitamina è essenziale per la pelle, per i tessuti e per la vista. Apporta all'organismo buone quantità di magnesio e ferro, due sostanze nutritive molto utili e spesso carenti nelle donne, nei bambini e negli adolescenti.

### CARATTERISTICHE:

La bieta conosciuta anche come *Bieta vulgaris* Cyca-Chenopodiacee, è una varietà di barba-bietola da orto, originaria della zona mediterranea, fa parte della famiglia delle chenopodacee, a cui appartengono anche gli spinaci.

### CURIOSITÀ:

La bieta fa la sua comparsa in alcuni scritti greci del 420 a.C. col nome di beta. In Europa la coltivazione era diffusa già nel XV secolo, soprattutto nei monasteri. Inizialmente veniva coltivata per le sue foglie, in seguito si diffuse anche il consumo della radice (specialmente la variante rossa).

### LO CHEF CONSIGLIA:

*Il prodotto semplicemente cotto,  
proposto in comode confezioni, può  
essere subito consumato all'apertura  
della vaschetta, condito direttamente  
con olio extravergine di oliva,  
sale e limone oppure ripassato in padella  
con pancetta, olio, aglio, sale.  
Buon appetito !!!*



BIETA AL NATURALE  
300 g



8 054934 420313



Prodotto da: GESTIONE SERVIZI INTEGRATI srl  
Stabilimento Via E. Amaldi, 12 - 00015 Monterotondo (Z.I.) Roma



## Scheda Tecnica / Bieta

Valori nutrizionali di 100 g bieta

ENERGIA (calorie)	18 kcal / 74 kJ
Parte edibile	100
Acqua	92,2
Proteine	1,5
Grassi	0,1
Grassi saturi	0,02
Carboidrati	2,1

Zuccheri	2,1
Fibra totale	1,4
Sale (mg)	8
Calcio (mg)	64
Ferro (mg)	0,8
Vitamina A (µg)	237
Vitamina C (mg)	5

Elaborazione effettuata su dati di composizione nutritiva degli alimenti provenienti da:

CREA  
Centro di ricerca Alimenti e Nutrizione

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

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

INGREDIENTI	Bieta al naturale: bieta fresca senza nessuna aggiunta di aromi, additivi e conservanti, gas protettivi. Bieta in ATP: bieta fresca senza aggiunta di aromi, additivi e conservanti. Bieta in ATP ripassata: bieta fresca con aglio, olio di oliva extravergine e peperoncino.
CARATTERISTICHE ORGANOLETTICHE	Colore: verde. Odore: caratteristico. Consistenza: tessuto compatto comparabile al fresco. Palatabilità: comparabile al prodotto fresco.
SHELF LIFE	Bieta al naturale: prodotto edibile fino a 12 gg. Bieta in ATP: prodotto edibile fino a 30 gg. Bieta in ATP ripassata: prodotto edibile fino a 30 gg. (scadenza riportata sulla confezione)
PROCESSO PRODUTTIVO	Specialità appartenente alla V gamma. Bieta accuratamente selezionata nella qualità della materia prima. L'esclusivo processo di preparazione e cottura consente il mantenimento delle proprietà organolettiche e nutrizionali. La bieta viene lavorata in ambienti a controllo igienico sanitario totale secondo le indicazioni descritte nel piano di autocontrollo HACCP applicato allo stabilimento di produzione. Nella produzione si applicano gli standard Ifs Food.
MODALITÀ DI CONSERVAZIONE	Il prodotto va conservato ad una temperatura compresa nell'intervallo 0/+4°C. Una volta aperta la confezione, il prodotto deve essere consumato entro 24/48 ore. È opportuno mantenere la catena del freddo.
MODALITÀ DI CONSUMO	Tal quale: una volta aperta la vaschetta, condendo a piacimento. In padella: versare il contenuto in una padella e riscaldare a fuoco lento per 2-4 min, condire a piacimento prima del consumo. Forno a micro-onde: mettere direttamente la vaschetta nel forno, togliere la pellicola e scaldare a media potenza (750W) per 2 min.
PROVENIENZA MATERIA PRIMA	Italia e/o da un altro Stato della Comunità Europea.
MATERIALE VEGETALE ESTRANEO	≤ 2%
ALLERGENI	Il prodotto non contiene allergeni ed è conforme alla Dir. CE 2003/89 del 10-11-03 e successivi aggiornamenti in merito agli allergeni, e il Reg. (UE) 1169/2011 e smi. Riportate in etichetta eventuali cross-contamination.
CONFEZIONE	Per il prodotto al naturale: POLIPROPILENE TRASPARENTE COPOLIMERO E PELLICOLA ANTIFOG. Per il prodotto in ATP: VASCETTA IN PP-EVOH-PP TRASPARENTE BARRIERATA E PELLICOLA ANTIFOG. Dichiarazione di idoneità al contatto con gli alimenti (D.M. 21/3/1973 e successive modifiche) D.Lgs. 152/2006 - art. 226 comma 4; Reg. CEE 2004/1935 CEE; Dir. CEE 2002/72-CEE e successive modifiche; Dir. CEE 1994/62-CEE. Regolamento (UE) 2015/174, della Commissione del 5.02.2015, che modifica e rettifica il Regolamento UE 10/2011.
PARAMETRI MICROBIOLOGICI	Listeria monocytogenes Assente UFC/25g. Ai sensi del REGOLAMENTO (CE) n. 2073/2005 e smi.