

# PORRIDGE EXPRESS SUPERFRUITS



## Info Porridge express superfruits

### Description

11% de Superfruits séchés enrichissent ce porridge. Réalisé avec une avoine sans gluten, cultivée dans un milieu protégé, l'Express Porridge Superfruits est sans sucres ajoutés\*\*, il bénéficie de la richesse des céréales complètes. Il est conçu pour tenir toute la matinée et ne nécessite pas de cuisson. En plus il contribue à abaisser le cholestérol\*\*\*. \*\* Contient des sucres naturellement présents \*\*\* Il a été démontré que le bêta-glucane d'avoine abaissait la cholestérolémie à partir d'une consommation journalière de 3g en combinaison avec un régime alimentaire varié et équilibré et un mode de vie sain. Une cholestérolémie élevée constitue un facteur de risque de développement de maladie coronarienne

### Utilisation

Facile et rapide, il suffit d'ajouter 70ml à 100ml de liquide chaud pour une portion de 35g. Particulièrement délicieux avec les boissons végétales. On peut l'enrichir de fruits frais ou oléagineux pour une version gourmande.

### Ingrédients

flocons d'AVOINE\* sans gluten 89%, superfruits\* séchés 11% (mûres blanches\*, canneberge\* (canneberge\*, jus de pomme concentré\*, huile de tournesol\*), baies Goji\* (lyciet de barberie), cerises\* acides (cerises\* acides, huile de tournesol\*), myrtilles\*).

\* issu de l'agriculture biologique

### Emballage

350 g.

### Produit issu de l'agriculture biologique

100 % des ingrédients agricoles sont issus de l'agriculture biologique.

### Le produit peut contenir des traces de:

Fruits secs oléagineux, Noisettes, Amandes, Noix, Sésame, Soja, Lupide & Lait



AB



VEGAN



SANS GLUTEN



COELIAQUE



SOURCE DE FIBRES



SANS SUCRES AJOUTÉS



PAUVRE EN SEL



FAIBLES TENEUR EN GRAISSES SATURÉES

## Analyse nutritionnelle

### Valeurs nutritionnelles moyennes pour

	g/100g	portion 35g	%RI	RI
Énergie	1458 kJ	510 kJ		
	346 kcal	121 kcal	6.00	2000 kcal
Graisse	6,5 g	2,3 g	3.00	70 g
dont acides gras saturés	1,3 g	0 g	2.00	20 g
dont acides gras mono-insaturés				
dont acides gras polyinsaturés				
Glucides	57 g	20 g	8.00	260 g
dont sucres	6,7 g	2,3 g	3.00	90 g
Fibre	9,8 g	3,4 g		
protéines	10 g	3,6 g	7.00	50 g
Sel	0,05 g	0 g	0.00	6 g

RI: Apport de référence pour un adulte-type (8400 kJ/2000 kcal)