

Zanahoria

Siempre hemos oído que la zanahoria es muy buena para la vista, eso se debe a que es el alimento más rico en beta-caroteno, sustancia que tras ser absorbida en nuestro cuerpo se transforma en vitamina A o retinol.

DENOMINACIÓN DEL PRODUCTO:

- Zanahoria dados
- Zanahoria rodajas
- Zanahoria baby

ENVASADO Y PALETIZACIÓN

PESO DE BOLSA	BOLSAS POR CAJA	CAJAS POR PALET
2,5 kg.	4	72 (9x8)
1 kg.	10	72 (9x8)
500 gr.	20	72 (9x8)

- Para otros formatos consultar.

VALORES NUTRICIONALES (por cada 100 gr. de producto)

Energía	36 kcal. 150 kj.
Hidratos de carbono	7,90 gr.
Proteínas	0,78 gr.
Grasas	0,46 gr.

CADUCIDAD

24 meses

MODOS DE PREPARACIÓN

- ✓ Cazuela: cueza el producto sin descongelar en agua hirviendo con sal durante 12 a 15 minutos a partir del primer hervor.
- ✓ Microondas: en un recipiente de microondas, añadir al producto sin descongelar un vaso de agua con sal. Cubrir con plástico transparente y cocinar durante 10 a 15 minutos a potencia máxima.
- ✓ Olla a presión: añadir dos vasos de agua con sal al producto sin descongelar, tapar y hervir de 4 a 8 minutos a partir de que suba la válvula.

Una vez hervido y escurrido, condiméntelo a su gusto.

Para una mayor conservación de las vitaminas, le recomendamos cocer el producto con el mínimo de agua, preferiblemente en el microondas y respetando los tiempos de cocción indicados.