

ZUPPA MONTANARA misto di legumi per zuppa
MONTANARA SOUP Mixed vegetables for soup
Ingredienti: lenticchie rosse intere, FARRO perlato, ORZO perlato. Può contenere tracce di GLUTINE e SOIA.
Conservare in luogo fresco e asciutto a riparo da fonti di calore.

INGREDIENTS: red whole lentils pearl SPELT, pearl BARKLEY. It may contain traces of GLUTEN and SOY.
Store in a cool and dry place away from heat sources.

**APICOLTURA BREZZO s.r.l. FRAZ TRE RIVI, 87
21040 MONTEU ROERO (CN) www.brezzo.it**
prodotto nel laboratorio di Fraz Roata Chiusani Centallo (CN)

RICETTA INGREDIENTI PER 4 PERSONE

450g di zuppa di Montanara, 50g speck, 1 cipolla affettata 1 spicchio aglio
prezzemolo, brodo vegetale caldo, olio extra vergine di oliva sale e pepe.
Lasciare a bagno i legumi per 12 ore. Soffriggere l'aglio schiacciato da togliere successivamente. Aggiungere la cipolla tritata, unire lo speck e i legumi. Coprire con brodo e cuocere 45 minuti dal bollore.

Aggiustare di sale e pepe. Servire con prezzemolo

VALORI NUTRIZIONALI MEDI PER 100 g
Energia/Energy 1340,67kJ 317,83 Kcal, Grassi/Fat 1,50g di cui Acidi grassi saturi/of which Saturated 0,37g
Carboidrati/Carbohydrates 59,17di cui Zuccheri/of which Sugar 1,63g, Fibre/Fibre 11,37 Proteine/Protein 15,13
Sale/ Salt 0,05g



500g

Best before:

Da consumarsi preferibilmente entro il: