



## Curry de potimarron

recette sans gluten

**INGRÉDIENTS :** potimarron\* 48%, oignons\*23%, tomates\* 14%, riz de Camargue complet 12%, eau, ail\*, cumin\*, coriandre\*, curcuma\*, herbes de Provence\*, poivre\*, huile d'olive\*, sel.

**\*Produits issus de l'agriculture biologique  
sans ingrédient d'origine animale**

Adapté à une alimentation végétarienne et végane

**PRÉPARATION:** réchauffer le contenu au micro-onde (sans le couvercle), ou verser le contenu dans une casserole et réchauffer à feu doux, au bain-marie ou au four à 120°.

Plat complet et équilibré à déguster avec une assiette de crudités par exemple.

Après ouverture se conserver 3 à 4 jours à +2/+4°

Consommer uniquement si le couvercle fait « plop » à l'ouverture

Conserver dans un endroit sec et à l'abri de la lumière

DLUO : 3 ans

Bocal de 300g: pour 1 personne

|  |                     |        |
|--|---------------------|--------|
| valeur nutritionnelle pour 100g.           | glucides            | 13,39g |
| énergie                                    | dont sucres         | 2,86g  |
| 735,79kj<br>79,96kcal                      | fibres alimentaires | 1,75g  |
| matière grasse<br>dont acides gras saturés | protéines           | 1,75g  |
| 0,24g                                      | sel                 | 0,2g   |

Produit certifié par Ecocert FR-BIO-01

**Yolaine Piton  
06 60 29 56 23  
yolaine-concocte@laposte.net  
<https://yolaineconcocte.fr>**

