

Gamberi all'ortolana

congelati



Peso netto **900 g**
Nettogewicht
Net weight

i preparati

Consigli per lo Chef:

Soffriggere un trito di cipolla, carota e sedano in olio extra vergine di oliva, e lasciar cuocere per alcuni minuti. Versare in una padella il prodotto ancora congelato e rosolare a fuoco alto per 2 minuti; aggiungere 1 bicchiere di vino bianco, coprire e procedere con la cottura per altri 6 minuti. Di seguito scoprire e continuare la cottura per ulteriori 5/6 minuti regolando di sale. Spolverare con del pepe macinato fresco, due foglioline di menta e condire a piacere pasta o crostini di pane. 🇩🇪 **Die Empfehlungen für den Chef:** Etwas gehackte Zwiebel, Karotte und Sellerie in nativem Olivenöl extra anbraten und ein paar Minuten garen. Den noch tiefgefrorenen Packungsinhalt in eine Pfanne geben und auf großer Flamme 2 Minuten anbraten, ein Glas Weißwein hinzugeben und bei geschlossenem Deckel weitere 6 Minuten garen. Dann den Deckel abnehmen und weitere 5-6 Minuten kochen. Mit Salz abschmecken. Frisch gemahlener Pfeffer und zwei Blättchen Minze darüber streuen und zu Nudeln oder gerösteten Brotwürfeln essen. 🇬🇧 **Tips for the Chef:** Fry chopped onion, carrot and celery in extra virgin olive oil, and cook for a few minutes. Add the still frozen product and fry on a high heat for 2 minutes. Add 1 cup of white wine, cover and continue cooking for a further 6 minutes. Afterwards, uncover and continue cooking for a further 5/6 minutes adding some salt, if required. Sprinkle with freshly ground pepper, two leaves of mint and use it as a topping for pasta or toasted bread.

Krebse nach Gärtner Art Tiefgekühlte Vegetable and Shrimp mix frozen

VALORI NUTRIZIONALI MEDI PER 100 g DI PRODOTTO
DURCHSCHNITTliche NÄHRWERTE PRO 100 g
AVERAGE NUTRITIONAL VALUE PER 100 g

ENERGIA / BRENWERT / ENERGY	168 kJ - 40 kcal
GRASSI / FETT / FATS	0,2 g
di cui saturi / davon gesättigte Fettsäuren / of which saturates	0,04 g
CARBOIDRATI / KOHLENHYDRATE / CARBOHYDRATE	2,1 g
di cui zuccheri / davon Zucker / of which sugars	0 g
PROTEINE / EIWEISS / PROTEIN	7,48 g
SALE / SALZ / SALT	0,1 g



L'immagine ha il solo scopo di presentare il prodotto.
Das Bild wird bestimmt, um ein Produkt zu präsentieren.
Illustration for presentation purposes only.