

RIZ KONJAC AU POULET ET LÉGUMES 250 g

EAN: 8437000730538 FABRICANTE: THE KONJAC SHOP



Délicieux riz konjac au poulet et légumes aux valeurs nutritionnelles équilibrées, sans gluten et riche en protéines ; idéal pour perdre du poids ou maintenir sa masse musculaire.

LA DESCRIPTION

RIZ KONJAC AU POULET ET LÉGUMES :

Prêt à manger; Faites chauffer la plaque au micro-ondes pendant 2 minutes et dégustez.

Doublement rassasiant : glucomannane de konjac + protéine.

Aliments hypocaloriques : 54 kcal pour 100 g.

Faible en glucides et en graisses.

Délicieux riz konjac au poulet et légumes aux valeurs nutritionnelles équilibrées, très faible en calories et en glucides, riche en protéines et sans gluten. Idéal pour les régimes pauvres en glucides et riches en protéines de qualité, les régimes sans gluten et pour les diabétiques.

Ce repas sain contient **13 g de protéines** (poitrine de poulet, l'une des meilleures sources de protéines qui existent), seulement **2,8 g de glucides**, seulement **1,2 g de graisses saturées** dans la portion entière et une faible teneur en sel, **1,8 g (sel rose de l'Himalaya)**. L'ingrédient principal du **riz konjac shirataki** est le **glucomannane, une fibre soluble** dotée d'un grand pouvoir épaississant et d'un très faible apport calorique. Les produits dérivés du konjac sont 100% d'origine végétale et **ne contiennent aucun allergène**. En plus de ne pas apporter de glucides nets et de ne contenir ni sucre ni gras, **les pâtes konjac ne contiennent que 7 kcal par portion, ce qui en fait un parfait substitut aux pâtes traditionnelles**.

- Il contribue à **perdre du poids**, en partie grâce à sa faible teneur en calories.
- Il augmente la **sensation de satiété**, grâce à sa teneur élevée en fibres qui se dilatent dans l'estomac lorsqu'elle est ingérée.
- Aide à maintenir **des niveaux de cholestérol sains**.
- Effet positif sur les personnes atteintes de **diabète de type 2** car il réduit l'augmentation du taux de sucre qui se produit après les repas.
- **Régule le transit intestinal** et entretient et récupère la flore intestinale.



RIZ KONJAC AU POULET ET LÉGUMES 250 g

EAN: 8437000730538 FABRICANTE: THE KONJAC SHOP



Préparation et informations nutritionnelles

Le Riz Konjac au Poulet et Légumes de The Konjac Shop® et Go Natur Food® est une recette méditerranéenne, **pauvre en glucides, riche en protéines et à faible indice glycémique**, idéale pour perdre du poids ou maintenir la masse musculaire.

Ingrédients : Konjac 40% (eau purifiée, amorphophallus konjac (3,6%), hydroxyde de calcium (stabilisant naturel)), poulet 28%, tomate (tomate, huile de tournesol, oignon, ail, amidon modifié, sucre, sel rose de l'Himalaya, acide citrique acidifiant), courgettes, poivron rouge, oignon, huile d'olive (1%) et sel rose de l'Himalaya.

- Ne contient pas d'allergènes.

Conditions de conservation : A conserver dans un endroit frais et sec (pas de réfrigération nécessaire).

Mode d'emploi : Chauffer et prêt (2 min).

VALEURS NUTRITIONNELLES (100 g)

	Par 100g	Portion (250g)
Valeur énergétique	226kJ / 54kcal	565kJ / 135kcal
Graisses	1,6g	4g
Dont : Acides gras saturés	0,48g	1,2g
Hydrates de carbone	1,12g	2,8g
Dont les sucres	0,8g	2g
Protéines	8g	20g
Sel	0,72g	1,8g
Fibre	1,6g	4g

