



Fiche recette réalisée en cuisine

Catégorie : Condiment

VINAIGRETTE BIO AU MIEL

Ingrédients 100 en kg/6portions :

HUILE OLIVE EXTRA VIERGE BIO BID 5L BIO IDEA#	0.318	20mL
HUILE TOURNESOL VIERGE DESODORISE BIO 5L	0.318	20mL
MIEL LIQUIDE POT PLASTIQUE 1KG LUNE DE MIEL#	0.360	22g
POIVRE GRIS MOULU SAC 1KG HAYA4YOU#	0.002	PM
SEL FIN SAC 1KG LA TABLEE	0.008	PM
VINAIGRE BALSAMIQUE MODENE IGP BOUTEILLE 50CL	0.192	12g



Progression de la recette:

Mélanger tous les ingrédients et mixer.
Goûter.

Valeurs nutritionnelles (pour 100 gr):

Energie	489 kcal
Energie	2015 kJ
Graisses totales	50.6 g
Dont AG saturés	3.5 g
AG polyinsaturés	-
AG monoinsaturés	-
AG trans	-
Glucides totaux	6.4 g
Dont Glucides simples (sucres)	6.1 g
Glucides complexes	-
Protéines	0.6 g
Sel	0.9 g
Calcium	6.0 mg
Fer	0.0 mg
Vitamine C	0.1 mg