

Fast Good



Nutritivo

A melhor combinação de verdadeiros ingredientes vegetais, repletos de nutrientes e com alto teor em proteína.



Delicioso

Receita com ingredientes autênticos, que conferem um sabor único, sem corantes nem conservantes.



Rápido

Sempre à mão, pronto a consumir, para desfrutar de mais tempo com a sua família.



Prático

Conservação à temperatura ambiente, sem necessidade de refrigeração, ideal para levar sempre consigo.



Sustentável

Reduzir o consumo de produtos de origem animal contribui ativamente para a conservação dos recursos naturais do planeta.

Conheça a nossa gama completa em

WWW.IGNORAMUS.PT

COGUMELOS MUSHROOM

NÃO PRÉ-FRITO
INGREDIENTES VEGETAIS
SEM ADIÇÃO DE AÇÚCARES

DECLARAÇÃO NUTRICIONAL / NUTRITION DECLARATION

| Valores médios por / Average values per | 100 g |
|-----------------------------------------|-----------------|
| Energia/Energy | 777 kJ/185 kcal |
| Lípidos/Fat | 5,2 g |
| dos quais saturados/of which saturates | 1,2 g |
| Hidratos de carbono/Carbohydrate | 15 g |
| dos quais açúcares/of which sugars | 1,6 g |
| Fibra/Fibre | 3 g |
| Proteínas/Protein | 18 g |
| Sal/Salt | 0,14 g |

(PT) Não necessita de refrigeração antes de aberto. Conservar à temperatura ambiente, em local fresco e seco. Depois de aberto, consumir de imediato. Contém açúcares naturalmente presentes.

(EN) No refrigeration required before opening. Store at room temperature in a cool, dry place. Once opened, consume immediately.



COGUMELOS

(PT) Preparado vegetal
à base de cogumelos e tofu

Ingredientes: Água; cogumelos (20,8%); **GLUTEN** de TRIGO; flocos de AVEIA; tofu (água, feijão de SOJA, estabilizador: sulfato de cálcio) (9,6%); azeite; cebola (cebola, óleo de palma, farinha de TRIGO, sal marinho); cebola desidratada; molho de SOJA (água, feijão de SOJA, TRIGO, sal); sal marinho; alho; noz-moscada; caldo vegetal (sal marinho, farinha de arroz, extrato de levedura, cebola, alho, óleo de girassol); pimenta branca.

Para alérgenos ver ingredientes realçados. Pode conter vestígios de leite, ovo, sementes de sésamo, frutos de casca rija, amendoim, mostarda e aipo.

Preparação: Pronto a consumir. Aquecer na frigideira, grelhador ou micro-ondas, de ambos os lados. Servir no pão ou no prato, com um acompanhamento.

Lote/Consumir de preferência antes de:
(ver embalagem)

Quantidade líquida:

160 g (2 x 80 g)



Fast Good

COGUMELOS à base de proteína de tofu

2
unidades
individuais

Alto teor em
proteína vegetal

Sem adição
de açúcares

Sem corantes
nem conservantes

100% INGREDIENTES
VEGETAIS



MUSHROOM

(EN) Vegetable preparation
based on mushroom and tofu

Ingredients: Water; mushrooms (20,8%); **WHEAT GLUTEN**; OAT flakes; tofu (water, **SOYBEANS**, stabiliser: calcium sulphate) (9,6%); olive oil; onion (onion, palm oil, **WHEAT** flour, sea salt); dehydrated onion; **SOY** sauce (water, **SOYBEANS**, **WHEAT**, salt); sea salt; garlic; nutmeg; vegetable broth (sea salt, rice flour, yeast extract, onion, garlic, sunflower oil); white pepper.

For allergens see highlighted ingredients. May contain traces of milk, egg, sesame seeds, nuts, peanut, mustard and celery.

Preparation: Ready to eat. Heat in a frying pan, grill or microwave, on both sides. Serve on bread or plate with a side dish.

Lot/Best before: (see package)

Net weight:

160 g (2 x 80 g)

Seguido de apresentação. Cordeiro açúcares naturalmente presentes. / Serving suggestion. Contains naturally occurring sugars.