

AIR FRYER



10 MIN.



**AQUECER
& COMER**
ready to eat

ALMÔNDOGAS DE VEGETAIS E SEITAN • NÃO FRITO • VEGAN Fonte de proteína • Alto teor em fibra • Produzido em Portugal!

PT | Preparado vegetal à base de vegetais e seitan. Ingredientes: Vegetais em proporções variáveis (abóbora, batata-doce, cenoura) (29%); seitan (farinha de TRIGO), água, GLUTEN de TRIGO, sal, corante: caramelo simples, conservante: benzoato de sódio (23%); grão-de-bico; proteína de SOJA; fibra de ervilha; óleo de girassol; GLUTEN de TRIGO; fécula de batata; alho desidratado moído; sal; cebola desidratada em pó; coentros moídos; salsa desidratada em folhas; conservante: benzoato de sódio; sumo de limão. Para alérgenos ver ingredientes realçados. Origem: Portugal. Sugestão de utilização: Produto pronto a consumir. Aquecer no forno ou no air fryer, a 180 °C, durante cerca de 10 minutos, virando as almôndegas a meio do tempo. Em alternativa, aquecer numa frigideira com um pouco de azeite ou adicionar diretamente a um molho e aquecer. Servir com o acompanhamento a gosto. Não necessita de refrigeração antes de abrir. Conservar em local fresco e seco, ao abrigo da luz. Depois de aberto, conservar no frigorífico, num recipiente bem fechado, e consumir no prazo máximo de 2 dias. Não congelar.

ALBÓNDIGAS DE VEGETALES Y SEITÁN • NO FRITO • VEGANO Fuente de proteínas • Alto contenido de fibra • Producido en Portugal!

ES | Preparado vegetal a base de vegetales y seitan. Ingredientes: Vegetales en proporción variable (calabaza, boniato, zanahoria) (29%); seitan (harina de TRIGO), agua, GLUTEN de TRIGO, sal, colorante: caramelo natural, conservador: benzoato sódico (23%); garbanzos; proteína de SOJA; fibra de guisante; aceite de girasol; GLUTEN de TRIGO; fécula de patata; ajo deshidratado molido; sal; cebolla deshidratada en polvo; clavo molido; perejil deshidratado en hojas; conservador: benzoato sódico; zumo de limón. Para alérgenos ver ingredientes destacados. Origen: Portugal. Modo de empleo: Listo para consumir. Calentar en el horno o en la air fryer a 180 °C durante aproximadamente 10 minutos, dando la vuelta a las albóndigas a mitad del tiempo. Como alternativa, calentar en una sartén con un poco de aceite de oliva o añadir directamente a una salsa y calentar. Servir con el acompañamiento al gusto. No necesita refrigeración antes de abrir. Conservar en lugar fresco y seco, protegido de la luz. Una vez abierto, conservar en el frigorífico, en un recipiente bien cerrado, y consumir en un plazo máximo de 2 días. No congelar.

VEGETABLE AND SEITAN BALLS • NOT FRIED • VEGAN Source of protein • High fibre • Produced in Portugal!

EN | Plant-based preparation made with vegetables and seitan. Ingredients: Vegetables in varying proportions (pumpkin, sweet potato, carrot) (29%); seitan (WHEAT flour), water, WHEAT GLUTEN, salt, colour: plain caramel, preservative: sodium benzoate (23%); chickpeas; SOY protein; pea fibre; sunflower oil; WHEAT GLUTEN; potato starch; ground dried garlic; salt; dried onion powder; ground coriander; dried parsley leaves; preservative: sodium benzoate; lemon juice. For allergens see highlighted ingredients. Origin: Portugal. Suggested use: Ready to eat. Heat in the oven or air fryer at 180 °C for approximately 10 minutes, turning the balls halfway through. Alternatively, heat in a frying pan with a little olive oil or add directly to a sauce and heat through. Serve with an accompaniment of your choice. No refrigeration required before opening. Store in a cool, dry place away from light. Once opened, keep refrigerated in a tightly closed container and consume within 2 days. Do not freeze.

BOULETTES DE LÉGUMES ET DE SEITAN • NON FRIT • VEGAN Source de protéines • Riche en fibres • Produit au Portugal!

FR | Préparation végétale à base de légumes et de seitan. Ingrédients: Légumes en proportions variables (courge, patate douce, carotte) (29%); seitan (farine de BLE), eau, GLUTEN de BLE, sel, colorant: caramel ordinaire, conservateur: benzoate de sodium (23%); pois chiches; protéines de SOJA; fibre de pois; huile de tournesol; GLUTEN de BLE; fécula de pomme de terre; ail déshydraté moulu; sel; oignon déshydraté en poudre; coriandre moulu; persil déshydraté en feuilles; conservateur: benzoate de sodium; jus de citron. Pour les allergènes voir les ingrédients mis en évidence. Origine: Portugal. Suggestions d'utilisation: Prêt à consommer. Réchauffer au four ou à l'air fryer à 180 °C pendant environ 10 minutes, en retournant les boulettes à mi-cuisson. Il est également possible de les réchauffer dans une poêle avec un peu d'huile d'olive ou de les ajouter directement à une sauce et de réchauffer. Servir avec l'accompagnement de votre choix. Ne nécessite pas de réfrigération avant ouverture. Conserver dans un endroit frais et sec, à l'abri de la lumière. Après ouverture, conserver au réfrigérateur, dans un récipient bien fermé, et consommer dans un délai maximum de 2 jours. Ne pas congeler.



Declaração Nutricional / Información Nutricional Nutrition Declaration / Déclaration Nutritionnelle

Valores médios por / Valores medios por	100 g
Average values per / Valeurs moyennes pour	(1 porção*)
Energia / Valor energético	640 kJ
Energy / Énergie	153 kcal
Lípidos / Grasas / Fat / Matières grasses	4,9 g
dos quais saturados / de los cuales saturados / of which saturates / dont acides gras saturés	0,6 g
Hidratos de carbono / Carbohydrate / Glucides	18,4 g
dos quais açúcares / de los cuales azúcares / of which sugars / dont sucres	3,0 g
Fibra / Fibra alimentaria	
Fibre / Fibres alimentaires	8,1 g
Proteínas / Protein / Protéines	4,7 g
Sal / Salt / Sel	0,89 g

PT | *Esta embalagem contém 2 porções de 100 g.
Lote/Consumir de preferência antes de: (ver embalagem).
ES | *Este envase contiene 2 porciones de 100 g.
Lote/Consumir preferentemente antes de: (ver envase).
EN | *This package contains 2 portions of 100 g.
Lot/Best before: (see package).
FR | *Cet emballage contient 2 portions de 100 g.
Lot/À consommer de préférence avant le: (voir emballage).

Quantidade líquida / Cantidad líquida
Net weight / Poids net

200 g

Produzido em Portugal!

