

i3mommy

MEZZA LUNA AL BRANZINO

Una pasta ripiena , pregiata, raffinata , grazie alla bontà delle carni di questo particolare pesce. Allevato nel mare della Croazia, mantenendo il rispetto e la salute dello stesso con un'alimentazione

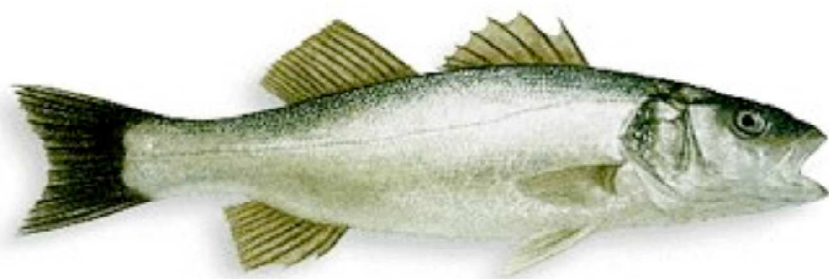
controllata e calibrata , arrivando ad avere un pesce muscoloso come in natura.

Una carne che si presenta al palato gustosa, soda e magra.

Il ripieno, un branzino profumato dalle note dolci del vino bianco e un formaggio delicato come la ricotta.

Come cucinare:

versare i tortelli congelati in acqua bollente salata per 6 minuti e pescarli con un mestolo forato. Buon Appetito.



MEZZA LUNA AL BRANZINO	
Calorie (kcal)	153,2000
Calorie (kj)	641,3000
Grassi (g)	0,1672
Carboidrati (g)	0,7276
Proteine (g)	0,7140
Fibre (g)	2,2000
Zuccheri (g)	0,0071
Acqua (g)	13,8563
Amido (g)	0,0000
Ceneri (g)	0,0488
Minerali	
Calcio (mg)	91,4000
Sodio (mg)	97,5000
Fosforo (mg)	187,7000
Potassio (mg)	207,3000
Ferro (mg)	0,0469
Magnesio (mg)	44,4000
Zinco (mg)	0,0401
Rame (mg)	0,0558
Fluoro (mcg)	0,0000
Manganese (mg)	0,0733
Selenio (mcg)	0,8629
Vitamine	
Retinolo (Vit. A) (mcg)	42,4000
Betaina (mg)	0,0000
Vitamina A, IU (IU)	185,6000
Vitamina A, RAE (mcg_RAE)	44,8000
Tiamina (Vit. B1) (mg)	0,0387
Riboflavina (Vit. B2) (mg)	0,0570
Niacina (Vit. B3) (mg)	0,0864
Acido Pantotenico (Vit. B5) (mg)	0,1385

Piridossina (Vit. B6) (mg)	0,0299
Acido folico (Vit. B9 o M o Folacina) (mcg)	0,0000
Folato alimentare (mcg)	12,9000
Folato, DFE (mcg_DFE)	12,9000
Folati, totali (mcg)	12,9000
Cobalamina (Vit. B12) (mcg)	0,0789
Vitamina B-12, aggiunta (mcg)	0,0000
Acido ascorbico (Vit. C) (mg)	0,0000
Vitamina D (D2+D3) (mcg)	0,0002
Vitamina D2 (mcg)	0,0002
Vitamina D3 (mcg)	0,0000
Colecalcifenolo (Vit. D) (IU)	1,8000
Alpha-tocoferolo (Vit. E) (mg)	0,0025
Vitamina E, aggiunta (mg)	0,0000
Fillochinone (Vit. K) (mcg)	0,0016
Colina totale (Vit. J) (mg)	0,2383
Carotene, beta (mcg)	6,0000
Carotene, alfa (mcg)	0,0000
Criptoxantina, beta (mcg)	0,0000
Licopene (mcg)	0,0000
Luteina + zeaxantina (mcg)	0,0000

Tocoferolo beta (mg)	0,0000
Tocoferolo gamma (mg)	0,0000
Tocoferolo delta (mg)	0,0000
Zuccheri	
Destrosio (g)	0,0000
Fruttosio (g)	0,0000
Galattosio (g)	0,0000
Lattosio (g)	0,0000
Maltosio (g)	0,0000
Saccarosio (g)	0,0000
Lipidi	
Acidi grassi, monoinsaturi (g)	0,7955
Acidi grassi, polinsaturi (g)	0,3685
Acidi grassi, saturi (g)	1,6322
Acidi grassi, trans (g)	0,0000
Acidi grassi, trans-monoenoici (g)	0,0000
Acidi grassi, trans-polienoico (g)	0,0000
Beta-sistosterolo (mg)	0,0000
Campesterolo (mg)	0,0000
Colesterolo (mg)	41,3000
Fitosteroli (mg)	0,0000
Stigmasterolo (mg)	0,0000
Grassi saturi	
4:0 (g)	0,0529
6:0 (g)	0,0195
8:0 (g)	0,0219
10:0 (g)	0,0315
12:0 (g)	0,0219
13:0 (g)	0,0000
14:0 (g)	0,1873

15:0 (g)	0,0000
16:0 (g)	0,8811
17:0 (g)	0,0000
18:0 (g)	0,2236
20:0 (g)	0,0000
22:0 (g)	0,0000
24:0 (g)	0,0000
Grassi monoinsaturi	
14:1 (g)	0,0000
15:1 (g)	0,0000
16:1 c (g)	0,0999
16:1 indifferenziato (g)	0,0026
16:1 t (g)	0,0000
17:1 (g)	0,0000
18:1 c (g)	0,2313
18:1 indifferenziato (g)	0,0004
18:1 t (g)	0,0000
20:1 (g)	0,0242
22:1 c (g)	0,0000
22:1 indifferenziato (g)	0,0008
22:1 t (g)	0,0000
24:1 c (g)	0,0000
Grassi polinsaturi	

18:2 CLAs (g)	0,0000
18:2 i (g)	0,0000
18:2 indifferenziato (g)	0,1350
18:2 n-6 c,c (g)	0,0000
18:2 t not further defined (g)	0,0000
18:2 t,t (g)	0,0000
18:3 indifferenziato (g)	0,0137
18:3 n-3 c,c,c (g)	0,0000
18:3 n-6 c,c,c (g)	0,0000
18:3i (g)	0,0000
18:4 (g)	0,0000
20:2 n-6 c,c (g)	0,0000
20:3 indifferenziato (g)	0,0000
20:3 n-3 (g)	0,0000
20:3 n-6 (g)	0,0000
20:4 indifferenziato (g)	0,0019
20:4 n-6 (g)	0,0000
20:5 n-3 (g)	0,0564
21:5 (g)	0,0000
22:4 (g)	0,0000
22:5 n-3 (g)	0,0018
22:6 n-3 (g)	0,1695

Aminoacidi	
Acido aspartico (g)	1,1006
Acido glutammico (g)	1,8099
Alanina (g)	0,6115
Arginina (g)	0,2272
Cistina (g)	0,0241
Fenilalanina (g)	0,3601
Glicina (g)	0,3410
Idrossiprolina (g)	0,3882
Isoleucina (g)	0,0000
Istidina (g)	0,2733
Leucina (g)	1,0740
Lisina (g)	1,0600
Metionina (g)	0,2267
Prolina (g)	0,5880
Serina (g)	0,3713
Tirosina (g)	0,3326
Treonina (g)	0,3287
Triptofano (g)	0,0923
Valina (g)	0,3078
Altro	
Alcol etilico (g)	0,0000
Caffeina (mg)	0,0000
Teobromina (mg)	0,0000