



Λιγκουίни με Πέστο Βασιλικού και  
**ΘΡΑΨΑΛΟ**

Έτοιμα γεύματα με  
**ΘΑΛΑΣΣΙΝΑ**

Εκλεκτά θαλασσινά, σε έτοιμα γεύματα. Δημιουργήσαμε μία εκλεκτή ποικιλία ετοιμών γευμάτων με στόχο ποιοτικά θαλασσινά να βρεθούν στα πιάτα πολυάσχολων ανθρώπων. Απολαύστε τις καλύτερες σπιτικές συνταγές με τη φροντίδα και την εμπειρία των σεφ μας. Σχεδιασμένες για πολυάσχολους ανθρώπους που δεν κάνουν εκπτώσεις στην ποιότητα.





## Λιγκουίни με Πέστο Βασιλικού και ΘΡΑΨΑΛΟ



**ΜΑΓΕΙΡΕΜΕΝΟ  
ΓΕΥΜΑ  
ΕΤΟΙΜΟ ΣΕ 3'**

ΜΕ ΕΞΤΡΑ  
ΠΑΡΘΕΝΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ  
—  
ΧΩΡΙΣ ΠΡΟΣΘΕΤΑ  
—  
ΧΩΡΙΣ ΣΥΝΤΗΡΗΤΙΚΑ

Συστατικά: 74% βρασμένα λιγκουίни (σιμιγδάλι **σίτου**, νερό), 14% πέστο [εξαιρετικό παρθένο ελαιόλαδο, βασιλικός, τυρί Grana Padano ΠΟΠ (αγελαδινό **γάλα**, αλάτι, πιτυά, συντηρητικό: λυσοζύμη (περιέχει **αυγό**)), αλάτι, μπαχαρικά, σκόρδο], 12% βρασμένο **καλαμάρι** (11,5% **καλαμάρι**), αλάτι, διορθωτικά οξύτητας: κιτρικό οξύ, κιτρικό νάτριο, σταθεροποιητής: φωσφορικό νάτριο), ξύδι από κόκκινο κρασί, αλάτι, αρωματικά βότανα.

Διατροφική Δήλωση	Ανά 100g:	Ανά μερίδα 300g	%ΠΠΑ*
Ενέργεια	816kJ/195kcal	2448kJ/585kcal	26%
Λιπαρά	7,9g	23,7g	31%
εκ των οποίων κορεσμένα	1,4g	4,2g	20%
Υδατάνθρακες	24,6g	73,8g	24%
εκ των οποίων σάκχαρα	1,2g	3,6g	4%
Πρωτεΐνες	5,7g	17,1g	37%
Αλάτι	1,10g	3,30g	41%

\* ΠΠΑ (%) Προσλαμβανόμενη Ποσότητα Αναφοράς ενός μέσου ενήλικα 8400kJ/2000kcal

**Διάρκεια Ζωής: 45 ημέρες.**

Διατηρείται στο ψυγείο σε θερμοκρασία 1°C - 5°C  
Μετά το άνοιγμα να διατηρείται στο ψυγείο  
και να καταναλώνεται εντός 24 ωρών.

Κατάλληλο για κατάψυξη. Ξεπαγώστε καλά πριν την χρήση.  
Μετά το άνοιγμα να διατηρείται στο ψυγείο  
και να καταναλώνεται εντός 24 ωρών.

ΚΑΘΑΡΟ ΒΑΡΟΣ: 300g<sup>e</sup> | 1 ΜΕΡΙΔΑ



**1**  
ΑΦΑΙΡΕΣΤΕ  
ΤΗΝ ΕΤΙΚΕΤΑ



**2**  
ΤΟΠΟΘΕΤΗΣΤΕ  
ΣΤΟΝ ΦΟΥΡΝΟ  
ΜΙΚΡΟΚΥΜΑΤΩΝ  
[750W]  
ΓΙΑ 2 ΛΕΠΤΑ



**3**  
ΑΦΗΣΤΕ  
ΤΟ ΓΕΥΜΑ ΝΑ  
ΞΕΚΟΥΡΑΣΤΕΙ  
ΓΙΑ 1 ΛΕΠΤΟ



**4**  
ΑΦΑΙΡΕΣΤΕ  
ΤΟ ΦΙΛΜ ΚΑΙ  
ΑΠΟΛΑΥΣΤΕ

**Πριν από  
τη θέρμανση:**

Αφαιρέστε  
την ετικέτα χωρίς  
να αφαιρέσετε  
ή να τρυπήσετε  
το φιλμ.

**Μην το  
ξαναζεσταίνετε  
όταν κρυώσει.**

**Κατά τη  
θέρμανση:**

Οι όποιοι θόρυβοι  
σκασίματος και  
φρουσκώματος από  
τον ατμό είναι  
φυσιολογικοί.

**Οι ρυθμίσεις των συσκευών  
θέρμανσης μπορεί να ποικίλλουν.**

**Μετά  
τη θέρμανση:**

Ελέγξτε ότι το φαγητό  
είναι ζεστό. Αφήστε  
να σταθεί για ένα  
λεπτό.

## Από τα νερά του Αιγαίου στο τραπέζι σας

ΕΤΟΙΜΟ ΣΕ ΜΟΛΙΣ 3 ΛΕΠΤΑ.

ΜΥΤΙΛΟΣ ΙΚΕ  
60064, Κίτρος Πιερίας  
E: info@mytilos.gr T: +30 23510 71143 www.mytilos.gr

[www.aegeangourmet.gr](http://www.aegeangourmet.gr)