



< retour

Epicerie

Riz soufflé



Aimez-vous cet ingrédient ?

IMPRIMER [1]

TÉLÉCHARGER [2]

À PROPOS DE

CARACTÉRISTIQUES

Saisonnalité :



Type : Riz

Le riz soufflé est un riz cuit auquel on ajoute des œufs, du lait, du sel, du poivre, du beurre, de la farine de riz et parfois du gruyère et de la noix de muscade et que l'on fait cuire de différentes façons.

VALEURS NUTRITIVES (pour 100g*)

calories	protéines	glucide	lipide	magnésium
387 kcal	6,68 g	86,30 g	1,23 g	45,00 mg
calcium	sodium	acides gras saturés	phosphore	sucre
9,75 mg	450,00 mg	0,24 g	145,00 mg	8,20 g
fibre	cuivre	zinc	fer	manganèse
1,18 g	0,10 mg	1,00 mg	6,65 mg	0,70 mg
vitamin B1				
1,40 mg				

[Afficher plus](#)

* Source de données : AFSSA

Barre chocolatée aux cacahuètes [3]

[En savoir plus \[3\]](#)

Bouchées de riz soufflé au chocolat [4]

[En savoir plus \[4\]](#)

Barres de céréales maison [5]

[En savoir plus \[5\]](#)

Tarte aux fruits rouges [6]

[En savoir plus \[6\]](#)

Fond de tarte crispy [7]

[En savoir plus \[7\]](#)

Barre colorée [8]

En savoir plus [8]

Carrés croustillants au chocolat [9]

En savoir plus [9]

Liens

- [1] <https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/15615>
- [2] <https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/15615>
- [3] <https://www.qooq.com/recipes/barre-chocolatee-aux-cacahuetes>
- [4] <https://www.qooq.com/recipes/bouchees-de-riz-souffle-au-chocolat>
- [5] <https://www.qooq.com/recipes/barres-de-cereales-maison>
- [6] <https://www.qooq.com/recipes/tarte-aux-ruits-rouges>
- [7] <https://www.qooq.com/recipes/fond-de-tarte-crispy>
- [8] <https://www.qooq.com/recipes/barre-coloree>
- [9] <https://www.qooq.com/recipes/carres-croustillants-au-chocolat>