



[< retour](#)

Fruits et légumes

Pousse(s) de moutarde



Aimez-vous cet ingrédient ?

[IMPRIMER](#) [1]

[TÉLÉCHARGER](#) [2]

À PROPOS DE

CARACTÉRISTIQUES

Saisonnalité :

jan fév mar avr mai jui jui aoû sep oct nov déc

Type : Racines (Betterave, Carotte, Radis...)

VALEURS NUTRITIVES (pour 100g*)

calories

22
kcal

protéines

2,20
g

glucide

3,90
g

lipide

0,30
g

magnesium

11,00
mg

calcium	sodium	acides gras saturés	phosphore	fibres
210,00 mg	21,00 mg	0,02 g	28,00 mg	2,80 g
cuivre	zinc	fer	manganèse	vitamin B1
0,08 mg	0,17 mg	1,50 mg	0,41 mg	0,07 mg
vitamin B2				
0,09 mg				

[Afficher plus](#)

* Source de données : AFSSA

Il n'y a actuellement aucun contenu classé avec ce terme.

Liens

[1] <https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/16345>

[2] <https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/16345>