



[< retour](#)

Crèmerie

Fromage Paneer (Panir)



Aimez-vous cet ingrédient ?

[IMPRIMER](#) [1]

[TÉLÉCHARGER](#) [2]

À PROPOS DE

CARACTÉRISTIQUES

Saisonnalité :



Type : Au lait de bufflonne

Le fromage Paneer est d'origine Indienne et Pakistanaise. Il est fabriqué à partir de lait de bufflonne pour devenir un fromage à pâte pressée.

VALEURS NUTRITIVES (pour 100g*)

calories

protéines

glucide

lipide

magnesium

99
kcal

calcium

83,00
mg

sucre

2,67
g

vitamin
B1

0,03
mg

11,12
g

sodium

364,00
mg

cuivre

0,03
mg

3,38
g

acides
gras
saturés

1,72
g

zinc

0,40
mg

4,30
g

cholestérol

17,00
mg

fer

0,07
mg

8,00
mg

phosphore

159,00
mg

vitamin A

36,00
µg

[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/16374>

[2] <https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/16374>