ANEP COMPANY
Exotic road

Haricot vert

- Haricot vert Bobby Avion : Carton de 4kg

Calendrier de campagne

Origine	Transport	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Sénégal	Avion	■	■	■							■	■	■

Le haricot vert, également appelé haricot filet, appartient à la famille des légumineuses. Ce légume, dont nous consommons la gousse au stade non mûr, est riche en protéine, vitamines A et C et en sels minéraux Ca, Mg, P et K.

Information : Le haricot vert est une légumineuse considéré, par ses qualités nutritionnelles, comme un légume frais. A juste titre d'ailleurs puisque son apport énergétique se situe parmi les plus faibles. Autre atout "minceur" du haricot vert, sa richesse en fibres, stimulantes pour le transit, et très bien tolérées, même par les intestins les plus fragiles.

Utilisation : Avant de l'utiliser, il faut l'ébouter et éventuellement l'effiler : cassez-les deux extrémités du haricot et tirez les fils

Conservation du légume : Le haricot vert se conserve deux ou trois jours dans le bac à légumes du réfrigérateur.

15 rue du Jeu-de-l'Arc
1207 - Genève
Suisse

+41 78 617 72 23
info@anepcompany.com