

ROYAL GREENLAND

## FILETS DE PLIE, DEUX, PANÉS, MSC

100-130G, 60% POISSON, PRÉFRI, 5 KG, SURGELÉ

Royal Greenland, France  
73 rue de Vaugirard  
75006 Paris  
Tel. +33 144 638 463  
[www.royalgreenland.fr](http://www.royalgreenland.fr)



La plie est réputée pour sa chair goûteuse et blanche, sa texture onctueuse, quasiment crémeuse. Elle présente une faible teneur en matières grasses, un taux élevé en protéines et constitue une excellente source de vitamine B12 et de sélénium.

Les filets de plie panés sont un moyen rapide, savoureux et facile de présenter un poisson. Il est très simple à servir dans l'agrément d'un plat ou individuellement dans le cadre de buffets. A consommer chaud ou froid.

### INGRÉDIENTS

Filets de plie (**poisson**) (60%), panure (40%): eau, farine (**blé**), huile de colza, amidon de pomme de terre, sel, levure, sucre, gluten (**blé**). Préfrit à l'huile de colza. Il peut rester quelques arêtes.

### PRÉPARATION

Les arômes frais et délicatement doux de la plie se marient parfaitement à des saveurs plus soutenues. La plie permet une utilisation très polyvalente et ses fins filets sont idéals pour une cuisson simple et rapide tout en préservant les arômes naturels du poisson.

### CONSEILS DE CUISSON

Préparation sans décongélation. Au four: Cuire 12 minutes à 220°C.

### ZONE DE PÊCHE

Atlantique, nord-est (FAO 27)

Espèce	Pleuronectes platessa
Réf. article	152761000
Poids net	5000 g
Durée de conservation (jours)	540
Type de stockage	Surgelé
Numéro de certificat MSC	MSC-C-50920

### VALEURS NUTRITIONNELLES

Energie	864 kJ / 207 kcal
Matières grasses	11 g
- dont acides gras saturés:	1,3 g
Glucides	16 g
- dont sucres	3,2 g
Protéines	11 g
Sel	0,97 g

### ALLERGÈNES

Céréales contenant du gluten, Poisson

### CARTON

Unité de vente	Oui
Poids brut (kg)	5,4
Poids net (kg)	5
Hauteur (mm)	137
Largeur (mm)	299
Longueur (mm)	398
Code EAN	5740301002055

### PALETTE

Cartons par palette EUR	96
Cartons par couche	8
Couches par palette	12
Poids brut (kg)	540
Poids net (kg)	480
Hauteur (mm)	1789
Largeur (mm)	800
Longueur (mm)	1200
Code EAN	5740301071426

### LANGUES SUR L'ÉTIQUETTE

SE, DK, IT, EN, FI, DE