



TAMARI STRONG (FORT EN GOÛT)

Info Tamari strong (fort en goût)

Description

Au Japon, deux sauces de soja fermenté, Shoyu et Tamari, ont été célébrées comme les reines des assaisonnements depuis des siècles. Aujourd'hui, ces délicieuses sauces couleur ébène sont appréciées dans les cuisines du monde entier. Le Shoyu se distingue du Tamari par sa composition: le Shoyu est composé de soja fermenté et de froment, le Tamari est pur soja fermenté. Le Tamari a une grande valeur nutritive: il est riche en protéines. En plus, il est une bonne source de minéraux comme le Potassium, Magnésium et Phosphore, et riche en oligoéléments comme le Manganèse, Chrome, Molybdène et le Sélénium. Durant le long processus de fermentation, des enzymes naturelles transforment les amidons, les protéines et les lipides du soja cru en nutriments facilement assimilables car pré-digérés : acides aminés, acides gras poly-insaturés,... La fermentation développe un acide lactique bénéfique pour l'assimilation efficace des nutriments, ce qui engendre la formation d'un glutamate naturel, un exhausteur de saveur naturel. En utilisant le Shoyu et Tamari Lima ou le "Tamari avec 25% moins de sel" à la place du sel, vous réduisez le taux de sel dans vos préparations de plus ou moins 30% en renforçant le goût naturel des ingrédients.



Utilisation

Le Shoyu et le Tamari sont des rehausseurs de goût. Versions saines et liquides du bouillon cube, ils se marient aussi bien à la cuisine occidentale qu'orientale. Ne les utilisez pas simplement pour saler, mais aussi pour intensifier les goûts naturels des ingrédients pendant la cuisson et à table. Grâce à son taux plus élevé en protéines, le goût concentré du Tamari résiste mieux à l'échauffement. En plus, il attendrit les ingrédients auxquels il est combiné. Par tradition, le Tamari est utilisé pour rehausser le goût des plats mijotés, des bouillons de pâtes, soupes, légumes sautés, des sauces pour salade, marinades ou au wok....Le Tamari se marie particulièrement bien avec du vinaigre ou du vin de riz, du gingembre, de l'ail, de la moutarde, du poivre ou de l'ume su (vinaigre japonais).

Ingrédients

eau, fèves de SOJA*, sel marin, alcool*, A. Oryzae.

*issu de l'agriculture biologique

Emballage

145 ml. 250 ml. 500 ml. 1000 ml.

Produit issu de l'agriculture biologique

100 % des ingrédients agricoles sont issus de l'agriculture biologique.



AB



VEGAN



SANS GLUTEN



COELIAQUE



SOURCE DE

PROTÉINES



SANS SUCRES

AJOUTÉ



FAIBLES TENEUR EN GRAISSES

SATURÉES

Analyse nutritionnelle

Valeurs nutritionnelles moyennes pour

| | g/100ml | portion 5ml | %RI | RI |
|---------------------------------|---------|-------------|-------|-----------|
| Énergie | 346 kJ | 17 kJ | | |
| | 82 kcal | 4,1 kcal | 0.00 | 2000 kcal |
| Graisse | 0 g | 0 g | 0.00 | 70 g |
| dont acides gras saturés | 0 g | 0 g | 0.00 | 20 g |
| dont acides gras mono-insaturés | | | | |
| dont acides gras polyinsaturés | | | | |
| Glucides | 5,8 g | 0 g | 0.00 | 260 g |
| dont sucres | 1,7 g | 0 g | 0.00 | 90 g |
| Fibre | 0,9 g | 0 g | | |
| protéines | 10 g | 0,5 g | 1.00 | 50 g |
| Sel | 13,6 g | 0,7 g | 11.00 | 6 g |

RI: Apport de référence pour un adulte-type (8400 kJ/2000 kcal)

Info allergènes

Ingrédients

eau, fèves de SOJA*, sel marin, alcool*, A. Oryzae.

* = issu de l'agriculture biologique

Allergènes présent dans le produit:

Soja