



## SHIRO MISO (MISO, RIZ & SOJA)

### Info Shiro miso (miso, riz & soja)



#### Description

Le miso est une pâte de soja (éventuellement accompagné de céréales) fermenté, connue depuis 1300 ans en Extrême Orient pour son intérêt culinaire et son effet bénéfique sur la santé. Le Marakura Shiro Miso Le Shiro Miso est une variété de miso jeune, qui se caractérise par un goût très doux, presque sucré. Pour obtenir ce résultat, les productions industrielles recourent souvent à des additifs tels que sucre, édulcorants artificiels et agents blanchissants. Rien de tout cela, bien sûr dans le Shiro Miso de Lima qui doit sa douceur à l'Amazake et contient deux fois plus de koji ce qui permet une assimilation exceptionnelle des nutriments. L'absence d'agents blanchissants rend le Marakura Shiro Miso un peu moins blanc que les Shiro Miso courants. "Marakura": une garantie de qualité Le Shiro Miso et le Barley Miso de Lima sont fournis par la société Marakura Shokuhin, aux mains de la famille Okada, qui concentre un savoir-faire approfondi tant en ce qui concerne les méthodes traditionnelles de fabrication du Miso qu'en agriculture biologique et dans le domaine de la santé et de l'écologie. La famille Okada prépare le Miso selon des méthodes simples, élaborées et longuement expérimentées au fil des générations. Elle est implantée dans le sud du Japon, une région où l'eau pure coule en abondance et dont le climat convient idéalement à la fabrication du Miso.

#### Utilisation

Le miso s'utilise dans toutes sortes de plats dont il relève le goût, comme un bouillon cube: dans les potages, sauces, pâtes à tartiner, plats de légumes, pour réaliser des vinaigrettes etc. Il suffit d'en délayer une petite quantité dans un peu d'eau pour faciliter son utilisation.

#### Ingrédients

riz\* 63%, fèves de SOJA\* 24%, eau, sel marin 6,3%, A. Oryzae.  
\*issu de l'agriculture biologique

#### Emballage

300 g.

#### Produit issu de l'agriculture biologique

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



VEGAN



SANS GLUTEN



SOURCE DE  
PROTÉINES



SANS SUCRES  
AJOUTÉ



FAIBLES TENEUR EN GRAISSES

SATURÉES

## Analyse nutritionnelle

### Valeurs nutritionnelles moyennes pour

	g/100g	portion 5g	%RI	RI
<b>Énergie</b>	812 kJ	41 kJ		
	193 kcal	9.7 kcal	0.00	2000 kcal
<b>Graisse</b>	4.2 g	0 g	0.00	70 g
dont acides gras saturés	0.7 g	0 g	0.00	20 g
dont acides gras mono-insaturés	1 g	0 g		
dont acides gras polyinsaturés	2.5 g	0 g		
<b>Glucides</b>	29 g	1.4 g	1.00	260 g
dont sucres	26 g	1.3 g	1.00	90 g
<b>Fibre</b>	2.0 g	0 g		
<b>protéines</b>	9.1 g	0 g	1.00	50 g
<b>Sel</b>	5.0 g	0 g	4.00	6 g

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

## Info allergènes

### Ingrédients

riz\* 63%, fèves de SOJA\* 24%, eau, sel marin 6,3%, A. Oryzae.

\* = issu de l'agriculture biologique

### Allergènes présent dans le produit:

Soja