

Filet de maquereau mi-cuit aux agrumes et paprika



Les ingrédients pour

Ingrédient	Quantité	Statut	Origine
Pamplemousse	800g	De saison	France
Autre épice	5g		France
Maquereau	800g		Europe & Méditerranée
Orange	400g	Fortement hors saison	France
Sel	2g		France
Citron	240g	Fortement hors saison	France
Huile d'olive	72g		France
Salade	100g	Fortement hors saison	France
Coriandre	5g	De saison	France

4 couvert(s)

Climat



CO2 (g)

2557



Saison

52%

Economie locale



Local

0%

Santé



Calories (kcal)

791



Protéines (g)

52



Quelques éléments de compréhension

Impact d'un repas moyen en France

kcal journalières en moyenne

Homme

Femme

Protéines journalières moyennes

2 500

2 100

1 800

50

gCO2e

kcal

kcal

g

Les calculs sont réalisés avec l'éco-calculateur Etiquet'table développé par ECO2 Initiative etiquettable.eco2initiative.com