

Risotto royal aux Saint-Jacques



Les ingrédients pour

Oignon	200g
Crème	250g
Autre épice	4g
Crevettes (élevage)	400g
Champignon	500g
Fromage sec de chèvre	50g
Eau du robinet	1000g
Coquille Saint-Jacques	300g
Riz sec	500g

6 couvert(s)

De saison	France
	France
	France
	Europe & Méditerranée
De saison	France
	France
	France
	Europe & Méditerranée
	France

Climat



CO2 (g)

1359



Saison

100%

Economie locale



Local

0%

Santé



Calories (kcal)

412



Protéines (g)

31



Quelques éléments de compréhension

Impact d'un repas moyen en France

kcal journalières en moyenne

Homme

Femme

Protéines journalières moyennes

2 500	gCO2e
2 100	kcal
1 800	kcal
50	g