

**DULSE EN PAILLETES
 PALMARIA PALMATA**
PRESENTATION

Ingrédient(s) : Dulse (palmaria palmata)

Description : La dulse, *Palmaria palmata*, est une algue rouge de la famille des Palmariales. Elle présente un appareil foliacé plus ou moins palmé, d'où elle tire son nom. Elle est cueillie à la main, essentiellement sur la côte Nord de la Bretagne.

Utilisation prévu / Conseils d'utilisation :

Alimentation humaine : la dulse est traditionnellement consommée dans les pays scandinaves et anglo-saxons. Au-delà de sa richesse nutritive, on apprécie beaucoup sa couleur et sa texture tendre. En effet, la dulse se situe entre les algues fines (laitue, nori) et les algues épaisses (haricots, kombu). A utiliser en salade, en soupe, ou encore comme légume d'accompagnement, par exemple avec des poissons.

Faire tremper 10 minutes.

Cuisson : 25 minutes dans l'eau de trempage.

Compléments nutritionnels : la dulse est dotée de propriétés reconstituantes et tonifiantes, grâce à ses teneurs élevées en polysaccharides, en vitamine C, en β carotène et en calcium. Elle possède un taux important de protéines pouvant atteindre 35% du poids sec.

Cosmétiques : sa richesse en polysaccharides donne à la dulse des qualités de rétention de liquide qui sont utilisées pour la fabrication de crèmes, masques, enveloppements.

Recettes : Des idées de recette sont disponibles sur le site internet www.markal.fr

Caractéristiques physiques et nutritionnelles :

CRITERES	Moyenne pour 100 g
Energie.....	226,4 kcal / 946 kJ
Graisses.....	1,4 g
dont acides gras saturés.....	0,3 g
Glucides.....	21,8 g
dont sucres.....	0,6 g
Fibres alimentaires.....	28,9 g
Protéines.....	17,2 g
Sel.....	3,8 g

Macroéléments	En % de matière sèche
Sodium	0,2-2,9
Potassium	2-37,8
Calcium	0,1-1,2
Phosphore	0,2-0,6
Magnésium	0,1-0,5
Chlorure	5,3-9,7
Soufre	0,23-1,42
Silicium	1

Vitamines	En mg/kg de matière sèche
Vitamine C	170-520
Vitamine B1	1,5-6,3
Vitamine B2	5-5,3
Vitamine PP	16,9-83
Vitamine B5	4,3
Vitamine E	22-140
Vitamine A	79,8

**DULSE EN PAILLETES
PALMARIA PALMATA****CERTIFICATION**

Codification douanière : 1212.21.00

Traçabilité :

Agriculture : France

GARANTIES

OGM : Absence d'utilisation de toute substance issue ou produite à partir d'OGM. Nos produits sont conformes à la réglementation en vigueur dont le règlement n°1829/2003.

Ionisation/Additifs/Colorants/Radioactivités : Absence

Allergène :

Ne contient pas d'allergène introduit volontairement (au sens de la Directive 2000/13/CE et des directives modifiant l'annexe III bis).

Exigences réglementaires ou recommandations

Métaux lourds :

	<i>Cible mg/Kg ou ppm</i>
Plomb	< 0,1
Cadmium	< 0,1

CONDITIONNEMENT

Type de conditionnement	Matériaux d'emballage	Type de l'emballage	Code article	EAN 13	DLUO garantie à livraison	DLUO au conditionnement
100g*6	Sachet plastique	Carton	0ALGFDPC100	3329487201043	2 mois	36 mois

La DLUO est garantie dans les conditions de conservation suivantes : frais et sec (<15°C).