

Lentil Kale Stuffed Sweet Potatoes with Creamy Tahini & Capers

Nutrition Facts Valeur nutritive

Per (301 g)

Pour 1 (301 g)

Calories 490	% Daily Value*
	% valeur quotidienne*
Fat / Lipides 16 g	21 %
Saturated / saturés 2.0 g	10 %
+ Trans / trans 0 g	
Carbohydrate / Glucides 69 g	
Fibre / Fibres 21 g	75 %
Sugars / Sucres 9 g	9 %
Protein / Protéines 21 g	
Cholesterol / Cholestérol 0 mg	0 %
Sodium 200 mg	9 %
Potassium 850 mg	18 %
Calcium 175 mg	13 %
Iron / Fer 6 mg	33 %

*5% or less is **a little** 15% or more is **a lot**

*5% ou moins c'est **peu** 15% ou plus c'est **beaucoup**

Ingredients: Sweet Potato, Kale, Lentils, Lemon Juice, Tahini (Sesame Seeds), Olive Oil, Capers, Cilantro, Red Pepper Flakes *WE DO NOT RECOMMEND ORDERING CRISPER KITS IF YOU HAVE A SERIOUS FOOD ALLERGY.

Ingédients: Patate douce, Chou frisé, Lentilles, Jus de citron, Tahini (graines de sésame), Huile d'Olive, Câpres, Coriandre, Flocons de piment rouge *ON NE RECOMMANDE PAS UTILISER CRISPER KITS SI VOUS AVEZ UNE ALLERGIE GRAVE.