



ALTERNATIVE À
LA VIANDE ET
AU POISSON



Tobu

Alternative parfaite pour limiter sa consommation de soja



SANS
ADDITIFS



VEGAN



SANS
GLUTEN



Tobu

De l'eau et des légumineuses ? Découvrez notre recette **saine, vegan et gourmande** ! Ce tobu est préparé à base de LEGUMINEL PCH qui est une farine de pois chiche. Cet ingrédient, issu de filières françaises, se solubilise parfaitement pour d'obtenir une **gélatinisation homogène**.

De plus, le pois chiche, comme tous les légumes secs, apporte un taux intéressant de **protéines** pour enrichir vos recettes.

Ingédients

69,7% Eau

30% LEGUMINEL PCH

0,3% Sel



leguminel PCH

Leguminel PCH est une farine de pois chiches



RICHE EN PROTÉINES (23%)
SANS ALLERGÈNES
DISPONIBLE EN BIO



ISSUE D'UN PROCÉDÉ PAR VOIE
SÈCHE



SOLUBILISATION
À CHAUD

Valeurs nutritionnelles	pour 100g
Énergie	108 kCal 451,9 kJ
Matières grasses	2,2 g
Dont acides gras saturés	0,2 g
Glucides	14,1 g
Dont sucres	3,3 g
Fibres	3,2 g
Protéines	6,7 g
Sel	0,3 g

Étapes clés

PRÉPARATION

Mélanger l'eau
bouillante avec les
ingrédients
précuits.

CUISON

Mettre au frais
48h puis faire
revenir 3 à
5min



NUTRI-
SCORE

Tobu standard



Tobu VP Ingrédients



VP Ingrédients



www.vpingredients.com



vp.ingredients@vivienpaille.fr



ALTERNATIVE TO
MEAT AND FISH



Toba

The perfect alternative for limiting soya consumption



ADDITIVE
FREE



VEGAN



GLUTEN
FREE



Tobu

Water and legumes? Discover our **healthy, vegan and delicious recipe** ! This tobu is made with LEGUMINEL PCH, a chickpea flour. This ingredient, produced in France, solubilises perfectly to produce an **even gelatinisation**.

What's more, chickpeas, like all pulses, provide an interesting level of **protein** to enrich your recipes.

Ingredients

69,7% Water

30% LEGUMINEL PCH

0,3% Sodium



leguminel pch

Leguminel PCH is a chickpea flour



SOURCE OF PROTEINS (23%)
ALLERGENS FREE
AVAILABLE IN ORGANIC



FROM A DRY PROCESS



HOT-SOLUBLE

Nutritional values	per 100g
Energy	108 kCal 451 kJ
Fat Including saturated	2,2 g 0,2 g
Carbohydrates Including sugars	14,1 g 3,3 g
Fibers	3,2 g
Proteins	6,7 g
Sodium	0,3 g

Key steps

PREPARATION

Mix boiling water with the pre-cooked ingredients

COOKING

Put in the fridge for 48 hours, then fry for 3 to 5 minutes.



NUTRI-
SCORE

Standard tobu



Our tobu



VP Ingredients



www.vpingredients.com



vp.ingredients@vivienpaille.fr