

Marque	Recette	Type de plat	Poids net	Poids réhydraté	Valeur énergétique / 100g	Température de l'eau	Volume d'eau	Temps de réhydratation	Prix	Aspect	Odeur et saveur
Aptonia	Purée jambon	plat	80 g	340 g	345 Kcal / 1460 Kj	chaude	260 ml	5 min	2,90	bonne tenue, mais consistance peu engageante	bonnes, mais sans plus
Aptonia	Pâtes à la bolognaise	plat	80 g	230 g	363 Kcal / 1540 Kj	chaude	150 ml	5 min	3,10	moyen	pâtes farineuses
Aptonia	Minestrone végétarien	plat	80 g	340 g	321 Kcal / 1360 Kj	chaude	260 ml	5 min	3,20		
Aptonia	Hachis parmentier	plat	80 g	380 g	346 Kcal / 1464 Kj	chaude	300 ml	5 min	3,30	bien	trop salé
Aptonia	Couscous au poulet	plat	80 g	230 g	352 Kcal / 1495 Kj	chaude	150 ml	5 min	3,70	beaucoup de semoule, peu de légumes	très bon, texture du poulet agréable
Aptonia	Poisson à la provençale	plat	80 g	230 g	258 Kcal / 1520 Kj	chaude	150 ml	5 min	3,70	correct	odeur moyenne, mais goût correct
Aptonia	Pâtes et bœuf en sauce	plat	80 g	230 g	377 Kcal / 1593 Kj	chaude	150 ml	5 min	3,90	correct	goût correct, mais bœuf dur et pâtes molles
Aptonia	Riz et poulet au curry	plat	160 g	460 g	356 Kcal / 1508 Kj	chaude	300 ml	5 min	6,10	il faut beaucoup mélanger, appétissant	bien parfumé, saveur bien respectée
mX3	Compote de pomme	dessert	40 g	140 g	377 Kcal / 1601 Kj	froide	100 ml	3 min	2,30		
mX3	Compote pomme-ramboise	dessert	40 g	140 g	380 Kcal / 1614 Kj	froide	100 ml	3 min	2,60	pas appétissant	mauvaises odeurs, consistance gélatineuse, goût chimique
mX3	Crème saveur vanille	dessert	75 g	225 g	418 Kcal / 1767 ki	froide	150 ml	3 min	3,40	consistance de crème pâtissière, mais assez gélatineux	odeur de vanille, mais saveur synthétique et nez envahissant
mX3	Muesli chocolat	dessert	115 g	265 g	410 Kcal / 1729 Kj	chaude ou froide	150 ml	3-5 min	3,40	correct	goût médiocre
mX3	Salade de taboulé	entrée	85 g	210 g	365 Kcal / 1548 Kj	froide	125 ml	10-15 min	3,95	correct	bonne odeur, saveur correcte
mX3	Hachis parmentier	plat	100 g	450 g	433 Kcal / 1821 Kj	bouillante (ou froide)	350 ml	10 min (15 min avec eau froide)	3,80		
mX3	Pâtes aux petits légumes	plat	125 g	375 g	382 Kcal / 1598 Kj	bouillante (ou froide)	250 ml	10-15 min (30 min avec eau froide)	4,45	très bien	bien
mX3	Pâtes à la bolognaise	plat	125 g	375 g	423 Kcal / 1780 Kj	bouillante (ou froide)	250 ml	10-15 min (30 min avec eau froide)	4,50		
mX3	Parmentier de poisson	plat	100 g	450 g	424 Kcal / 1784 Kj	bouillante (ou froide)	350 ml	10 min (15 min avec eau froide)	4,95	correct	très bien (un peu trop salé)
mX3	Couscous au poulet	plat	150 g	400 g	413 Kcal / 1740 Kj	bouillante (ou froide)	250 ml	10-15 min (30 min avec eau froide)	5,30		
mX3	Poisson et riz sauce hollandaise	plat	150 g	400 g	453 Kcal / 1893 Kj	bouillante	250 ml	10-15 min	5,50	correct	trop salé
mX3	Velouté de légumes	soupe	27 g	327 g	374 Kcal / 1582 Kj	bouillante (ou froide)	300 ml	3 min (15 min avec eau froide)	2,50		
mX3	Velouté poireaux/pommes de terre	soupe	24 g	324 g	373 Kcal / 1577 Kj	bouillante (ou froide)	300 ml	3 min (15 min avec eau froide)	2,50		
Travellunch	Taboulé	plat	125 g	nc	341 Kcal / 1446 Kj	bouillante	350 ml	5-10 min	5,90	bien	
Travellunch	Bœuf au riz sauce piquante	plat	125 g	nc	392 Kcal / 1651 Kj	bouillante	300 ml	5-10 min	5,90		
Travellunch	Chili con carne	plat	125 g	nc	390 Kcal / 1638 Kj	bouillante	400 ml	5-10 min	5,90	très bien	arrière-goût synthétique citronné
Travellunch	Pâtes à la bolognaise avec bœuf	plat	125 g	nc	359 Kcal / 1517 Kj	bouillante	500 ml	5-10 min	5,90		
Travellunch	Poulet à la crème et riz au curry	plat	125 g	nc	395 Kcal / 1664 Kj	bouillante	300 ml	5-10 min	5,90		goût surprenant, très sucré, difficile de reconnaître un chili
Travellunch	Cabillaud à la Rugen et son riz	plat	125 g	nc	431 Kcal / 1810 Kj	bouillante	400 ml	5-10 min	5,90		
Travellunch	Paëlla	plat	125 g	nc	404 Kcal / 1703 Kj	bouillante	350 ml	5-10 min	5,90		odeur et saveur douçâtres
Travellunch	Pâtes aux bolets à la crème	plat	125 g	nc	443 Kcal / 1859 Kj	bouillante	350 ml	5-10 min	5,90		mauvaise odeur et mauvais goût
Trekking	Poudre de boisson type vin	boisson	60 g	nc	463 Kcal / 1937 Kj	chaude	200 ml	immédiat	5,25	belle robe	goût décevant
Trekking	Gateau de riz à la vanille	dessert	140 g	425 g	469 Kcal / 1930 Kj	bouillante	285 ml	5 min	4,50	proche de la bouillie	
Trekking	Ragoût de pâtes et poivrons	plat	100 g	425 g	325 Kcal / 1366 Kj	bouillante	325 ml	8 min	5,90	très bien	a fait l'unanimité contre lui
Voyager	Pâtes à la bolognaise	plat	80 g	nc	308 Kcal / 1306 Kj	bouillante	180 ml	3-4 min	3,80	correct sans plus	riz pas cuit, trop sucré
Voyager	Pasta Milanese	plat	80 g	nc	346 Kcal / 1463 Kj	bouillante	180 ml	3-4 min	4,20	très bien	moyen
Voyager	Purée aligot	plat	80 g	nc	438 Kcal / 1837 Kj	bouillante	250 ml	3-4 min	4,20	bien	bien
Voyager	Paëlla	plat	80 g	nc	397 Kcal / 1660 Kj	bouillante	200 ml	3-4 min	5,40	bien, mais beaucoup de riz	bon goût de paëlla