



# TOKYO SALARYMAN

## TOFU

TOFU SHOYU RAMEN  
RAMEN SHOYU AU TOFU



### PREPARE FROM FROZEN - MICROWAVE (1000 WATTS):

1. Remove ramen from all packaging and place in a large microwave-safe bowl.
2. Cover the bowl with a microwave-safe plate and heat on HIGH for 5 minutes.
3. Use chopsticks or a fork to wiggle the noodles apart, being sure to break up any remaining ice or noodles still stuck together.
4. Cover and microwave on HIGH for another 5 minutes.
5. Carefully remove bowl from microwave. Stir and enjoy!
6. Caution: bowl will be very hot!

**NOTE:** Cook until a minimum internal temperature of 74°C (165°F) is reached. Since appliances vary, these instructions are guidelines only.

### NE PAS DÉCONGELER AVANT LA CUISSON - MICRO-ONDES (1000 WATTS):

1. Retirer le ramen de son emballage et le placer dans un grand bol allant au four micro-ondes.
2. Couvrir le bol d'une assiette allant au four micro-ondes et faire chauffer à puissance maximale pendant 5 minutes.
3. À l'aide de baguettes ou d'une fourchette, le mélanger pour séparer les nouilles, en s'assurant de défaire la glace encore collée aux nouilles.
4. Couvrir et faire chauffer à puissance maximale pendant encore 5 minutes.
5. Retirer le bol du micro-ondes avec précaution. Mélanger et déguster!
6. Attention : le bol sera très chaud !

**NOTE:** Faire cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 74°C (165°F). Le temps de cuisson peut varier selon l'appareil utilisé.

**Ingredients:** Shoyu broth (water, tomato, soy sauce, shiitake mushrooms, miso, shio koji, kombu, natural flavour enhancer, salt, soy sauce powder, xanthan gum), Noodles (enriched flour, water, salt, potassium carbonate, sodium carbonate), Sesame marinated tofu (tofu, sesame seeds, soy sauce, water, rice vinegar, sugar, ginger, garlic), Seasoned bamboo shoots (salted bamboo shoots, mirin, soy sauce, sesame oil), Green onions, Garlic and shallot oil (vegetable oil, garlic, shallots), Sesame seeds.

**Contains:** Sesame, Soy, Sulphites, Wheat. **May contain:** Egg, Milk, Mustard.

**Ingédients:** Bouillon shoyu (eau, tomate, sauce soja, champignons shiitake, miso, shio koji, kombu, exhausteur de goût naturel, sel, sauce soja en poudre, gomme xanthane), Nouilles (farine enrichie, eau, sel, carbonate de potassium, carbonate de sodium), Tofu mariné au sésame (tofu, graines de sésame, sauce soja, eau, vinaigre de riz, sucre, gingembre, ail), Pousses de bambou assaisonnées (pousses de bambou salées, mirin, sauce soja, huile de sésame), Oignons verts, Huile à l'ail et à l'échalote (huile végétale, ail, échalote), Graines de sésame.

**Contient:** Sésame, Soja, Sulfites, Blé. **Peut contenir:** Oeuf, Lait, Moutarde.

### Stovetop À la casserole



## Nutrition Facts Valeur nutritive

Per 1 package (510 g)  
pour 1 paquet (510 g)

**Calories 410** % Daily Value \*  
% valeur quotidienne \*

**Fat / Lipides 25 g** 38 %  
Saturated / saturés 2.5 g 4 %  
+Trans / trans 0.1 g

**Carbohydrate / Glucides 37 g**  
Fibre / Fibres 5 g 20 %  
Sugars / Sucres 4 g 4 %

**Protein / Protéines 19 g**

**Cholesterol / Cholestérol 0 mg**

**Sodium 2350 mg** 98 %  
**Potassium 550 mg** 12 %

**Calcium 125 mg** 11 %

**Iron 4 mg** 29 %

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

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

Made in Canada by/Préparé au Canada par Crafty Ramen Market

Inc. 276 King St. W Unit 5 Kitchener ON N2G 1B6

©Crafty Ramen is a registered trademark of  
Crafty Ramen Holdings Inc. | www.craftyramen.com

