

2010 Winner of Gagnant de

Seasoned Rice: The Best and Good Choices
Riz assaisonnés: les meilleurs et le bons choix
by/par **Protégez-Vous Magazine**



Price per portion: Paid price in August 2009, rounded to the 25¢ close, for a portion of 45 or 140 g, according to the case.

Prix par portion: Prix payé en août 2009, arrondi aux 25 ¢ près, pour une portion de 45 ou de 140 g, selon le cas.

The seasoned rice most advisable which we found on the shelves of the supermarkets and large surfaces.

Les riz assaisonnés les plus recommandables que nous ayons trouvé sur les tablettes des supermarchés et grandes surfaces.

While we set up the limit to 240 mg for the better choices and to 360 mg for the good choices, sodium content oscillates between 20 and 1150 mg by portion (of 45 or of 140 g according to the case). The unique one produces under the limit of the 240 mg, and the **only representative of the better choices, is without salt addition: the Canoe Veggie White'n Wild Rice.**

Alors que nous avons fixé la limite à 240 mg pour les « meilleurs choix » et à 360 mg pour les « bons choix », les teneurs en sodium oscillent entre 20 et 1150 mg par portion (de 45 ou de 140 g selon le cas). L'unique produit sous la barre des 240 mg, et le **seul représentant des « meilleurs choix », est sans sel ajouté : le Canoe Pilaf au légumes.**

An example to follow

The only producer category under “Better choices”, the *Canoe Veggie White'n Wild Rice* is without added salt. It counts rather on vegetables and dehydrated herbs for its flavour. On this point, it represents a model that competitors should follow.

Un exemple à suivre

Seul produit de la catégorie « Meilleurs choix », le *Pilaf au légumes* de *Canoe* est « sans sel ajouté ». Il compte plutôt sur des légumes et des herbes déshydratés pour relever sa saveur. Sur ce point, il représente un modèle que devraient suivre ses concurrents.