

Dane aktualne na dzień: 04-05-2024 23:19

Link do produktu: <https://zdrowysklad.pl/bulgur-kasza-bio-500g-bio-planet-p-101118.html>



Bulgur (kasza) BIO 500g Bio Planet

Cena **9,50 zł**

Kod EAN **5907814665591**

Opis produktu

SKŁADNIKI

kasza bulgur z PSZENICY DURUM* 100% (*certyfikowany składnik ekologiczny)

OPIS

Ekologiczny bulgur to rodzaj kaszy otrzymywanej z gotowanych, wysuszonych i gniecionych ziaren twardej PSZENICY durum. Polecamy jako dodatek do zapiekaneek, sałatek, farszów oraz jako składnik drugich dań.

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Bulgur zalać lekko osolonym wrzątkiem w proporcji 1:2,5 (1 porcja kaszy na 2,5 porcje wody), gotować bez przykrycia ok. 7 min. Następnie zdjąć z ognia, przykryć i pozostawić do spęcznienia.

WARTOŚĆ ODŻYWCZA W 100 g

Wartość energetyczna - 1644 kJ / 388 kcal

Tłuszcz - 1,0 g,

w tym kwasy tłuszczowe nasycone - 0,2 g

Węglowodany - 78 g

w tym cukry - 0,4 g

Białko - 13 g

Sól - 0 g

INFORMACJA ALERGENNA

Produkt może zawierać alergeny: ORZESZKI ZIEMNE, ORZECHY, SEZAM, SOJĘ.

ZALECANE WARUNKI PRZECHOWYWANIA

Przechowywać w suchym i chłodnym miejscu.