

Dane aktualne na dzień: 13-05-2024 17:12

Link do produktu: <https://zdrowysklad.pl/ciecierzycza-bio-500g-bio-planet-p-105109.html>



Ciecierzycza BIO 500g BIO PLANET

Cena	10,50 zł
Kod EAN	5902983782667

Opis produktu

SKŁADNIKI

ciecierzycza* 100% (*certyfikowany składnik ekologiczny)

OPIS

Ekologiczne ziarno ciecierzycy świetnie nadaje się do wszelkiego rodzaju past z dodatkiem oliwy i świeżych ziół, a także do zup, potraw jednogarnkowych, sosów i sałatek.

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Uprzednio namoczoną co najmniej 12 godzin i przepłukaną cieciorkę należy gotować w świeżej, nieosolonej wodzie ok. 60 min. Ciecierzycę solimy dopiero pod koniec gotowania.

WARTOŚĆ ODŻYWCZA W 100 g

Wartość energetyczna - 1445 kJ / 343 kcal

Tłuszcz - 4,6 g,

w tym kwasy tłuszczowe nasycone - 0,6 g

Węglowodany - 45 g,

w tym cukry - 11 g

Błonnik - 17 g

Białko - 22 g

Sól - 0,06 g

ZALECANE WARUNKI PRZECHOWYWANIA

Przechowywać w suchym i chłodnym miejscu.