

Dane aktualne na dzień: 04-05-2024 05:37

Link do produktu: <https://zdrowysklad.pl/fasolka-biala-400g-bio-bio-planet-p-106697.html>



Fasolka biała 400g BIO Bio Planet

Cena	12,90 zł
Kod EAN	5907814665300

Opis produktu

SKŁADNIKI

ekologiczna fasolka biała 100 %.

OPIS

Ekologiczna fasolka biała to znana i chętnie stosowana roślina strączkowa. Jest doskonałym źródłem błonnika i białka roślinnego. Polecamy do zup, dań jednogarnkowych (doskonale z warzywami), pasztetów i past.

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

uprzednio namoczoną co najmniej 12 godzin i przepłukaną fasolę gotować do miękkości w świeżej, nieosolonej wodzie ok. 60 min. Fasolę solimy dopiero pod koniec gotowania.

WARTOŚĆ ODŻYWCZA W 100 g

Wartość energetyczna - 1236 kJ / 294 kcal

Tłuszcz - 1,2 g

w tym kwasy tłuszczowe nasycone - 0,3 g

Węglowodany - 37 g

w tym cukry - 1,8 g

Błonnik - 25 g

Białko - 21 g

Sól - 0,03 g

ZALECANE WARUNKI PRZECHOWYWANIA

Przechowywać w suchym i chłodnym miejscu.