

Link do produktu: <https://zdrowysklad.pl/fasolka-czarna-bio-500g-bio-planet-p-105033.html>



Fasolka czarna BIO 500g BIO PLANET

Cena	11,90 zł
Kod EAN	5902983782674

Opis produktu

SKŁADNIKI

ekologiczna fasolka czarna 100 %.

OPIS

Ekologiczna fasolka czarna jest rośliną strączkową o lekko słodkim smaku. Jest doskonałym źródłem błonnika i białka roślinnego. Doskonala w postaci pasty (zmielona po ugotowaniu) z dodatkiem ziół i przypraw, a także jako dodatek do zup, dań warzywnych lub zbożowych.

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

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

WARTOŚĆ ODŻYWCZA W 100 g

Wartość energetyczna - 1342 kJ / 318 kcal

Tłuszcz - 1,4 g

w tym kwasy tłuszczowe nasycone - 0,4 g

Węglowodany - 47 g

w tym cukry - 2,1 g

Błonnik - 15 g

Białko - 22 g

Sól - 0,01 g

ZALECANE WARUNKI PRZECHOWYWANIA

Przechowywać w suchym i chłodnym miejscu.