Dane aktualne na dzień: 07-11-2026 17:32

Link do produktu: https://zdrowysklad.pl/kaszka-kukurydziana-500g-eko-bio-planet-p-101145.html



Kaszka kukurydziana 500g EKO Bio Planet

Cena	**8,50 zł**
Kod EAN	**5907814664464**

Opis produktu

SKŁADNIKI
ekologiczna kaszka kukurydziana 100 %.

OPIS
Ekologiczna kaszka kukurydziana otrzymywana z ziaren kukurydzy. Przygotowuje się z niej słynną włoską polentę lub rumuńską sycącą mamałygę, która wyśmienicie smakuje zarówno na słodko, np. na śniadanie z suszonymi owocami, jak i na słono do dań głównych. Kaszka służy również jako zagęszczacz do zup i sosów, a po zmieleniu na mąkę przygotowuje się z niej placki, puddingi i ciasta.
Źródło błonnika pokarmowego.

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA
Kaszkę gotować w osolonej wodzie w proporcji 1:2 (1 porcja kaszki na 2 porcje wody) na małym ogniu około 10 - 15 minut.

WARTOŚĆ ODŻYWCZA W 100 g
Wartość energetyczna 1440 kJ/340 kcal
Tłuszcz 1,0 g
w tym kwasy tłuszczowe nasycone 0,2 g
Węglowodany 74 g
w tym cukry 0,6 g
Błonnik 4,1 g
Białko 6,6 g
Sól 0 g

ZALECANE WARUNKI PRZECHOWYWANIA
Przechowywać w suchym i chłodnym miejscu.