

Link do produktu: <https://zdrowysklad.pl/makaron-z-soczewicy-czerwonej-rurka-penne-bezglu-p-109302.html>



MAKARON (Z SOCZEWICY CZERWONEJ) RURKA PENNE BEZGLU

Cena	16,90 zł
Kod EAN	5902811254243

Opis produktu

SKŁADNIKI

mąka z czerwonej soczewicy*, woda źródlana (*certyfikowany składnik ekologiczny)

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Zagotuj dużą ilość wody, na całe opakowanie 4-5 litrów. Wody ma być tyle, by makaron podczas gotowania swobodnie pływał. Osól wodę tak jak lubisz, jeśli chcesz dodaj łyżkę oleju roślinnego. Do gotującej się wody powoli wrzucaj makaron, tak by nie zatrzymać procesu gotowania. Po wsypaniu całej porcji, zamieszaj i gotuj do miękkości 18-20 min, al. dente 13 min (nie przekraczaj maksymalnego czasu gotowania). W trakcie gotowania nie mieszaj makaronu. Odcedź i przelej makaron wodą.

WARTOŚĆ ODŻYWCZA W 100 g

Wartość energetyczna: 1580 kJ / 378 kcal

Tłuszcz: 1,7 g

w tym kwasy tłuszczowe nasycone: 0 g

Węglowodany: 67 g

w tym cukry: 0 g

Błonnik: 10 g

Białko: 24 g

Sól: 0,02 g

ZALECANE WARUNKI PRZECHOWYWANIA

Przechowywać w suchym i chłodnym miejscu.