

Link do produktu: <https://zdrowysklad.pl/orzechy-laskowe-bio-1kg-p-105311.html>



Orzechy laskowe BIO 1kg

Cena	79,00 zł
Kod EAN	5902605415355

Opis produktu

SKŁADNIKI

ekologiczne ORZECHY LASKOWE 100 %.

OPIS

Ekologiczne ORZECHY LASKOWE to pożywny owoc leszczyny. Są podstawowym składnikiem mieszanki studenckiej. Zmielone grubo lub na mąkę wchodzi w skład ciast, kremów i innych deserów. Doskonale smakują w porannej owsiance, jako dodatek w sałatkach warzywnych i surówkach oraz jako przekąska w desce serów lub wędlin.

Wysoka zawartość błonnika pokarmowego.

Idealne na diecie keto.

ORZECHY LASKOWE mają niski indeks glikemiczny ($IG = 20$), co oznacza, że ich spożycie nie powoduje gwałtownych skoków poziomu cukru we krwi i są doskonałe dla diabetyków oraz osób z insulinoopornością.

ORZECHY LASKOWE mają wysoką zawartość witaminy E oraz miedzi i manganu. Witamina E pomaga w ochronie komórek przed stresem oksydacyjnym. Miedź pomaga w prawidłowym funkcjonowaniu układu nerwowego, pomaga w utrzymaniu prawidłowej pigmentacji skóry i włosów. Miedź pomaga także w prawidłowym funkcjonowaniu układu odpornościowego oraz w prawidłowym transporcie żelaza w organizmie. Mangan pomaga w ochronie komórek przed stresem oksydacyjnym, przyczynia się do utrzymania zdrowych kości i utrzymania prawidłowego metabolizmu energetycznego. Mangan pomaga również w prawidłowym tworzeniu tkanek łącznych.

Zrównoważony sposób żywienia i zdrowy tryb życia są istotne. Ilość niezbędna do uzyskania korzystnego efektu: 30 g produktu.

WARTOŚĆ ODŻYWCZA W 100 g

Wartość energetyczna 2596 kJ/629 kcal

Tłuszcz 61 g

w tym kwasy tłuszczowe nasycone 4,7 g

Węglowodany 5,0 g

w tym cukry 4,3 g

Błonnik 9,7 g

Białko 15 g

Sól 0 g

Witaminy i składniki mineralne

Witamina E 38,7 mg (323 %*)

Miedź 1,3 mg (130 %*)

Mangan 4,2 mg (210 %*)

*dzienna referencyjna wartość spożycia witamin i składników mineralnych (dla osoby dorosłej)

INFORMACJA ALERGENNA

Produkt może zawierać: ZBOŻA ZAWIERAJĄCE GLUTEN, ORZESZKI ZIEMNE, INNE ORZECHY, NASIONA SEZAMU, SOJĘ.

ZAŁECANE WARUNKI PRZECHOWYWANIA

Przechowywać w suchym i chłodnym miejscu.