

Link do produktu: <https://zdrowysklad.pl/quinoa-biala-komosa-ryzowa-bio-250g-bio-planet-p-102305.html>



Quinoa biała (komosa ryżowa) BIO 250g Bio Planet

Cena	9,90 zł
Kod EAN	5907814663702

Opis produktu

SKŁADNIKI

quinoa biała (komosa ryżowa)* 100 % (*certyfikowany składnik ekologiczny).

OPIS

Ekologiczna quinoa biała, znana również jako komosa ryżowa. Z powodzeniem zastępuje tradycyjne kasze lub makarony. Doskonale sprawdza się jako składnik zup oraz dodatek do warzyw, sosów, wypieków, a także deserów.

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

zaleca się ziarno quinoa przelać gorącą wodą na drobnym sicie, następnie gotować w proporcji 1:2 (1 porcja quinoa na 2 porcje wody) ok. 25 min. Posolić pod koniec gotowania

WARTOŚĆ ODŻYWCZA W 100 g

Wartość energetyczna - 1532 kJ / 363 kcal

Tłuszcz - 5,9 g,

w tym kwasy tłuszczowe nasycone - 0,5 g

Węglowodany - 62 g,

w tym cukry - 1,6 g

Białko - 12 g

Sól - 0 g

ZALECANE WARUNKI PRZECHOWYWANIA

Przechowywać w suchym i chłodnym miejscu.