

Link do produktu: <https://zdrowysklad.pl/quinoa-biala-komosa-ryzowa-bio-500-g-bio-planet-p-105406.html>



QUINOA BIAŁA (KOMOSA RYŻOWA) BIO 500 g - BIO PLANET

Cena	18,00 zł
Kod EAN	5902605414112

Opis produktu

SKŁADNIKI

ekologiczna quinoa biała (komosa ryżowa) 100 %.

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 - 1638 kJ / 388 kcal

Tłuszcz - 6,8 g

w tym kwasy tłuszczowe nasycone - 0 g

Węglowodany - 68 g

w tym cukry - 0 g

Błonnik - 4,8 g

Białko - 12 g

Sól - 0 g

ZALECANE WARUNKI PRZECHOWYWANIA

Przechowywać w suchym i chłodnym miejscu.