

Link do produktu: <https://zdrowysklad.pl/quinoa-czerwona-komosa-ryzowa-250g-bio-bio-planet-p-101950.html>



Quinoa czerwona (komosa ryżowa) 250g BIO Bio Planet

Cena	9,90 zł
Kod EAN	5907814660510

Opis produktu

SKŁADNIKI

quinoa czerwona (komosa ryżowa)* 100% (*certyfikowany składnik ekologiczny)

OPIS

Ekologiczna quinoa czerwona, 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 - 1489 kJ / 353 kcal

Tłuszcz - 6,1 g,

w tym kwasy tłuszczowe nasycone - 0,7 g

Węglowodany - 57 g,

w tym cukry - 1,3 g

Białko - 14 g

Sól - 0 g

ZALECANE WARUNKI PRZECHOWYWANIA

Przechowywać w suchym i chłodnym miejscu.