

Dane aktualne na dzień: 05-05-2024 07:20

Link do produktu: <https://zdrowysklad.pl/soczewica-zolta-400g-eko-p-101309.html>



Soczewica żółta 400g EKO

Cena	10,99 zł
Kod EAN	5907814665577

Opis produktu

SKŁADNIKI

ekologiczna soczewica żółta 100 %.

OPIS

Ekologiczna soczewica żółta charakteryzuje się bardzo delikatnym smakiem. Ma tendencję do rozpadu po ugotowaniu, dlatego doskonale nadaje się jako dodatek do zup, czy gulaszów. Idealnie sprawdza się również w daniach jednogarnkowych. Można z niej przygotować pasty kanapkowe lub farsz do wypełniania pierogów, krokietów, pasztecików, a nawet pieczeni mięsnych.

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

uprzednio wypłukaną soczewicę gotować w proporcji 1:2 (1 porcja soczewicy na 2 porcje wody) przez ok. 25 min. Posolić pod koniec gotowania.

WARTOŚĆ ODŻYWCZA W 100 g

Wartość energetyczna - 1240 kJ / 295 kcal

Tłuszcz - 1,1 g

w tym kwasy tłuszczowe nasycone - 0,1 g

Węglowodany - 35 g

w tym cukry - 2,5 g

Błonnik - 23 g

Białko - 25 g

Sól - 0,03 g

ZALECANE WARUNKI PRZECHOWYWANIA

Przechowywać w suchym i chłodnym miejscu.