Bio Crvena le?a 500g Ekozona





Ocjena:Neocjenjeno
Cijena
5,10 €

5,10 €

Postavi pitanje vezano za ovaj proizvod

Proizvo?a?:Ekozona

Opis

Le?a (so?ivo) je odli?an izvor vlakana koja uti?u na smanjenje holesterola, a tako?e održava stabilan nivo še?era u krvi nakon obroka, doprinosi dugotrajnoj energiji i sitosti i pomaže regulaciji tjelesne težine. Odli?an je izvor razli?itih minerala, B vitamina te proteina, a gotovo da ne sadrži masno?e. Bogata je gvož?em i odli?na za osobe sklone anemiji. Lako je svarljiva i kuva se kra?e od ostalih mahunarki.

Sastojci: crvena le?a*. *organska proizvodnja. Zemlja podrijetla: Turska.

Priprema: Kuvajte le?u u onoliko vode koliko je dovoljno da je pokrije, najprije na jakoj vatri, a kada provri, smanjite vatru i poklopite posudu. Po potrebi dodajte vodu, a pred kraj posolite. Crvena le?a se kratko kuva, oko 15 minuta, i brzo se raspadne pa ako volite obrok u obliku pirea, crvena le?a je pravi izbor. Crvenu le?u možete dodavati varivima ili juhama, poslužiti je kao prilog ili u obliku namaza.

Prosje?ne hranjive vrijednosti na 100 g/ml: Energetska vrijednost 1429 kJ / 343 kcal; **Masti** 1.06 g - od kojih zasi?ene masne kiseline 0.16 g; **Ugljeni hidrati** 29.58 g - od kojih še?eri 2.03 g; **Bjelan?evine** 25.8 g; **So** 0.01 g.

Upute ?uvanja: na suvom i hladnom mjestu.

Najbolje upotrijebiti do: otisnuto na ambalaži.

*Posebno brinemo o ta?nosti informacija o proizvodima na našoj web stranici. Me?utim, kako se propisi o proizvodnji hrane ?esto mijenjaju može doc?i do promjena u sastavu hrane, hranljivih materija ili alergena, prehrambenih informacija itd. Uvijek trebate pro?itati etiketu na proizvodu, a ne da se oslanjate samo na informacije navedene na web stranici. Informacije o proizvodima nisu namijenjene dijagnozi i lije?enju. Za ozbiljnija zdravstvena stanja i nelagode obratite se svom ljekaru, terapeutu, homeopati. *Slika proizvoda služi samo u ilustrativne svrhe.*

Recenzije

Trenutno nema recenzija za ovaj proizvod.