

## Bio Pir zrno 500g Ekozona



Ocjena: Neocjenjeno

**Cijena**  
4,50 €

4,50 €

[Postavi pitanje vezano za ovaj proizvod](#)

Proizvođa: [Ekozona](#)

### Opis

**Pir (spelta, dinkel, krupnik)** je jedna od najstarijih poznatih vrsta žitarica, a potječe iz Azije. Za razliku od obične pšenice sadrži 10 do 12 posto više proteina. Sadrži esencijalne aminokiseline, kojih obično nema u hrani koja nije životinjskog porijekla. Njegova hranjiva vrijednost slična je hranjivoj vrijednosti mekanih žitarica: sadrži proteine, nezasićene masti, vitamine (A, C, grupe B); pir pomaže u borbi protiv anemije, djeluje laksativno, okrepljuje i osvježavajuće. Odličan je antioksidans, pa je izuzetno dobar za žene u menopauzi. Lako je svarljiva žitarica pa je dobra za prehranu djece i starijih osoba. Zbog niskog udjela glutena, pogodan je i za osobe koje izbjegavaju gluten u prehrani. Žilavo i tvrdo zrno daje hrskavost jelu kada se kombinuje sa drugim žitaricama. Od spelte se mogu pripremati različita jela, a od brašna se može peći i hleb koji je bolji ako se kombinuje sa brašnima drugih žitarica.

**Sastojci:** pir\* / \*organska proizvodnja. Zemlja porijekla: Hrvatska.

**Priprema:** prije kuvanja potrebno ga je namakati (6-8 sati), a kuva se u omjeru 2:1, 50-60 minuta.

**Način ?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 doći 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.