

Wakame alga 50g



Ocjena: Neocjenjeno

Cijena

16,29 €

[Postavi pitanje vezano za ovaj proizvod](#)

Proizvođa: [Okinawa](#)

Opis

Wakame su alge tamno zelene boje i blagog morskog mirisa. Najbolje ih je kuvati sa laganim začinima kako bi se otkrile njihove karakteristike osobine. Najčešći način kuhanja wakame algi je u miso juhi, ali odlične su i za povrće kuvano na pari, salate i mnoga druga ukusna jela. Wakame je najbolje nakon namakanja u vodi dodati jelima pri kraju i ne kuvati ih predugo kako bi zadržale lijepu zelenu boju i ukus.

Sastojci: sušene wakame alge (*Undaria pinnatifida*) iz organskog uzgoja. Kako se wakame alga uzgaja u moru može doći u dodir sa mekušcima, ribama i školjkama. Zemlja porijekla: Japan.

Priprema: wakame alge namakati 10 - 15 minuta i baciti vodu u kojoj su se namakale. Dobro ocijediti, narezati na komadiće i dodati na kraju kuvanja supe i kuvati na laganoj vatri 1 – 2 minuta ili sirove dodati u salatu. Ako se sirove dodaju u salatu tada ih je potrebno nakratko uroniti u vrelu vodu i dobro ocijediti.

Prosječne hranjive vrijednosti na 100 g/ml: Energetska vrijednost 542 kJ / 132 kcal; Masti 0.0 g- od kojih zasićene masne kiseline 0.0 g; Ugljeni hidrati 1.2 g - od kojih šećeri 0.0 g; Bjelanjevine 12.0 g; So 19.5 g. Ostale prosječne hranjive vrijednosti na 100 g proizvoda: vlakna: 37,0 g, kalijum: 5200 mg (260% PU), kalcijum: 780mg (98% PU), gvožđe: 2,6 mg (19% PU), magnezijum: 1100 mg (293% PU), vitamin A 1670

Svi proizvodi: Wakame alga 50g

µg (209% PU), vitamin C: 27 mg (34% PU). PU = preporučeni dnevni unos.

Najbupotrijebiti do: otisnuto na ambalaži.

Način čuvanja: čuvati na suvom i hladnom mjestu, udaljeno od izvora toplote.

Posljedno izmjerimo o tačnosti informacija o proizvodima na našoj web stranici. Međutim, kako se propisi o proizvodnji hrane često mijenjaju može doći do promjena u sastavu hrane, hranjivih materija ili alergena, prehrambenih informacija itd. Uvijek tretajte pročitati etiketu na proizvodu, a ne da se oslanjate samo na informacije navedene na web stranici. *Sve proizvode služi samo u ilustrativne svrhe.

Recenzije

Trenutno nema recenzija za ovaj proizvod.