

## Kasza gryczana niepalona BIO 500 g



Ocena Nie ma jeszcze oceny

[Zadaj pytanie o produkt](#)

Producent: [Fresano](#)

Szczegóły produktu

**Opis:** kasza gryczana niepalona otrzymywana z obuskanego ziarna gryki.

**Składniki:** kasza gryczana niepalona\* 100% (\*certyfikowany składnik ekologiczny).

**Zastosowanie:** jako dodatek do zup, da? jednogarnkowych, kotletów i pasztetów. Doskonale komponuje si? z warzywami i gulaszem. Polecana jako nadzienie do pierogów, go??bków i nale?ników.

**Sposób przygotowania:** kasz? wsypa? do wrz?cej, osolonej wody. Doda? ??y?eczk? oleju. Gotowa? na ma?ym ogniu przez oko?o 20 minut w proporcji 2 cz??ci wody na 1 cz??? kaszy.

**Warto?? od?ywcza w 100 g:**

Warto?? energetyczna - 1421 kJ / 336 kcal

T?uszcz - 3,1 g

w tym kwasy t?uszczowe nasycone - 0,7 g

W?glowodany - 61 g

w tym cukry - 1,4 g

Bia?ko - 12 g

Sól < 0,01 g

**Przechowywanie:** przechowywa? w suchym i ch?odnym miejscu.

**Informacja alergenna:** produkt mo?e zawiera? alergeny: gluten, orzeszki ziemne i inne orzechy, sezam, soj? ze wzgl?du na konfekcjonowanie w zak?adzie, w którym paczkowane s? surowce zawieraj?ce ww. alergeny.