

Quinoa czarna (komosa ryżowa) BIO 500 g



Ocena Nie ma jeszcze oceny

[Zadaj pytanie o produkt](#)

Producent: [Fresano](#)

Szczegóły produktu

Opis: quinoa czarna znana również jako komosa ryżowa.

Składniki: quinoa czarna (komosa ryżowa)* 100% (*certyfikowany składnik ekologiczny).

Zastosowanie: jako składnik zup oraz dodatek do sosów, warzyw, wypieków, a także deserów. Polecana jako doskonały zamiennik tradycyjnych kasz i makaronów.

Sposób przygotowania: przelać gorącą wodę na drobnym sicie. Następnie do 500 ml zagotowanej wody wsypać 200 g ziarna quinoa i gotować około 25 min. Solić pod koniec gotowania.

Wartość odżywcza w 100 g:

Wartość energetyczna - 1539 kJ / 368 kcal

Tłuszcz - 6,1 g

w tym kwasy tłuszczowe nasycone - 0,7 g

Węglowodany - 57 g

w tym cukry - 0 g

Białko - 14 g

Sól - 0,01 g

Przechowywanie: przechowywać w suchym i chłodnym miejscu.

Informacja alergenna: produkt może zawierać alergeny: gluten, orzeszki ziemne i inne orzechy, sezam, soję ze względu na konfekcjonowanie w zakładzie, w którym paczkowane są surowce zawierające ww. alergeny.