

## Soczewica zielona BIO 400 g



Ocena Nie ma jeszcze oceny

[Zadaj pytanie o produkt](#)

Producent: [Fresano](#)

Szczegóły produktu

**Opis:** soczewica zielona o bardzo delikatnym smaku.

**Składniki:** soczewica zielona\* 100% (\*certyfikowany składnik ekologiczny).

**Zastosowanie:** jako dodatek do zup, sałatek, gulaszy i dań z warzyw. Znana jako doskonały zamiennik mięsa.

**Sposób przygotowania:** przepłukać i zalać zimną wodą. Moczyć przez kilka godzin. Następnie gotować w dużej, nieosolonej wodzie, około 20-30 min. Solić dopiero pod koniec gotowania.

**Wartość odżywcza w 100 g:**

Wartość energetyczna - 1475 kJ / 351 kcal

Tłuszcz - 1,7 g

w tym kwasy tłuszczowe nasycone - 0,5 g

Węglowodany - 52,6 g

w tym cukry - 2,4 g

Białko - 25,8 g

Sól - 0,003 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 paczowane są surowce zawierające ww. alergeny.