



P.P.H. KAMIL CHOJNOWSKI
GEN. WŁ. ANDERSA 40 LOK 26
15-113 BIAŁYSTOK
NIP 5422782393
TEL 606382944
KALIOO321@GMAIL.COM

Dane aktualne na dzień: 20-04-2024 17:07

Link do produktu: <https://www.naturalexpert.pl/maka-owsiana-1kg-p-882.html>



MAKA OWSIANA 1kg

Cena	12,49 zł
Dostępność	Dostępny
Czas wysyłki	24 godziny
Kod EAN	5902666906922
Producent	Natural Expert

Opis produktu

MAKA OWSIANA 1kg

Skład: Mąka owsiana

Mąka owsiana to produkt spożywczy uzyskiwany przez mielenie owsa, czyli nasion rośliny owsianej (*Avena sativa*). Proces produkcji mąki polega na starannym rozdrobnieniu ziaren owsa, usuwaniu łusek i ewentualnych zanieczyszczeń, a następnie mieleniu na odpowiednią konsystencję.

Jest uznawana za naturalny produkt, ponieważ niektóre odmiany owsa są uprawiane bez użycia sztucznych nawozów czy pestycydów.

Zawiera wiele cennych składników odżywczych, takich jak błonnik, białko, witaminy (szczególnie z grupy B) oraz minerały, w tym żelazo, magnez, cynk.

Owsianka jest znana ze swojej wysokiej zawartości błonnika, który wspomaga trawienie, utrzymuje uczucie sytości i reguluje poziom glukozy we krwi.

Produkty z tej mąki często mają niski indeks glikemiczny, co oznacza, że po spożyciu nie powodują gwałtownego wzrostu poziomu cukru we krwi.

Mąka owsiana jest często stosowana w kuchni do wypieku chleba, ciast, placków, naleśników, a także jako składnik dodawany do musli, jogurtów czy smoothie. Może być stosowana samodzielnie lub w połączeniu z innymi rodzajami mąk, tworząc różnorodne kompozycje smakowe i tekstualne.

Warto pamiętać, że mąka owsiana różni się od tradycyjnej mąki pszennej pod względem smaku, konsystencji i właściwości klejących, co może wpływać na rezultaty wypieków. Dla osób poszukujących zdrowszych alternatyw w kuchni, mąka owsiana stanowi ciekawą opcję o wyjątkowych walorach odżywczych.

Wartość odżywcza w 100 g produktu:

Wartość energetyczna 1571 kJ / 374 kcal

Tłuszcz 8 g

w tym kwasy nasycone 1,6 g

Węglowodany 55 g

w tym cukry 0 g

Błonnik 11 g

Białko 15 g

Sól < 0,01 g

Podane wartości zostały ustalone według danych naszych dostawców lub literatury fachowej.



P.P.H. KAMIL CHOJNOWSKI
GEN. WŁ. ANDERSA 40 LOK 26
15-113 BIAŁYSTOK
NIP 5422782393
TEL 606382944
KALIOO321@GMAIL.COM

Kraj pochodzenia: Polska

Masa netto: 1 kg

Producent:

NATURAL EXPERT

PPH Kamil Chojnowski

info@naturalexpert.pl

Produkt może zawierać alergeny:

sezam, orzechy, gluten, seler, gorczyca

Przechowywać w suchym i zaciemnionym miejscu

Wartość odżywcza w 100g produktu

- wartość energetyczna 1469 kJ / 349 kcal
- tłuszcz 7,1 g
- w tym kwasy tłuszczowe nasycone 1,4 g
- węglowodany 55,7 g
- w tym cukry 1,1 g
- białko 10,7 g
- błonnik 9,7 g