



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: 27-04-2024 00:57

Link do produktu: <https://www.naturalexpert.pl/soczewica-czerwona-500g-p-532.html>



SOCZEWICA CZERWONA 500g

Cena	6,70 zł
Dostępność	Dostępny
Czas wysyłki	24 godziny
Kod EAN	5902666905482
Producent	Natural Expert

Opis produktu

SOCZEWICA CZERWONA 500g

Składniki: Soczewica czerwona

Soczewica to roślina należąca do grupy strączkowych. Pochodzi głównie z terenów Azji, Indii oraz Kanady. W dawnych czasach była ceniona przez Egipcjan, gdyż była ich głównym i podstawowym pożywieniem. Swoją sławę zawdzięcza dużej zawartości cynku, wapnia i potasu. Cechuje ją również wysoka zawartość błonnika, który jest w dzisiejszych czasach bardzo ceniony. Soczewica czerwona jest najbardziej znana z rodziny soczewic.

Dlaczego warto jeść soczewicę czerwoną?

- Jest bogata w witaminy PP, C i B.
- Wpływa korzystnie na układ krwionośny, poprzez skuteczne podnoszenie hemoglobiny.
- Daje uczucie sytości.
- Zaspokaja zapotrzebowanie na słodcyce.

Jak gotować soczewicę czerwoną?

- Oplukać ziarna.
- Dobrać odpowiednie proporcje 1:2 (1 szklanka soczewicy na 2 szklanki wody).
- Ziarna wsypać do wrzącej wody.
- Gotować około 15 minut, stale mieszając.

Wartość odżywcza w 100 g produktu:

Wartość energetyczna 1440 kJ / 341 kcal
Tłuszcz 3g
w tym kwasy nasycone 0.45 g
Węglowodany 48.6 g
w tym cukry 1.1 g
Białko 25.4 g
Sól 0.005 g

Kraj pochodzenia: Kanada

Masa netto: 500 g

Producent: NATURAL EXPERT

P.P.H. Kamil Chojnowski

info@naturalexpert.pl



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

Przechowywać w suchym i zaciemnionym miejscu

sezam, orzechy, gluten, seler, gorczyca

Produkt może zawierać alergeny:**Informacje o alergenach:**

Wartość odżywcza w 100g produktu

- **wartość energetyczna 327kcal**
- **białko 25,4g**
- **tłuszcz 3g**
- **węglowodany 57,5g**
- **błonnik 8,9g**