



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: 01-05-2024 05:34

Link do produktu: <https://www.naturalexpert.pl/soczewica-zolta-500g-p-515.html>



SOCZEWICA ŻÓŁTA 500g

Cena	10,69 zł
Dostępność	Dostępny
Czas wysyłki	24 godziny
Kod EAN	5902666906137
Producent	Natural Expert

Opis produktu

SOCZEWICA ŻÓŁTA 500g

Składniki: Soczewica żółta

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. Żółta soczewica powstaje przez obranie z powłoki soczewicy zielonej, nie nadaje się do kiełkowania, jest bardzo delikatna do gotowania, rozpuszcza się.

Dlaczego warto jeść soczewicę żółtą?

- Wysoka zawartość błonnika i białka.
- Wspomaga układ metaboliczny.
- Wysoka zawartość skrobi.
- Zawiera kwas foliowy, fosfor i wapń.

Jak przygotować soczewicę żółtą?

- Opłukać pod bieżącą wodą.
- Dobrać odpowiednie proporcje 1:2 (1 szklanka soczewicy na 2 szklanki wody).
- Nie gotować dłużej niż 15 minut.

Zastosowanie:

- hummus;
- dodatek do dań z sosów;
- dodatek do zup;
- do kiełkowania.

Wartość odżywcza w 100 g produktu:

Wartość energetyczna 1932 kJ / 459 kcal
Tłuszcz 1.4 g
w tym kwasy nasycone 0.2 g
Węglowodany 74 g
w tym cukry 3g
Białko 23 g
Sól 0.02 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

Informacje o alergenach:

Produkt może zawierać alergeny:

sezam, orzechy, gluten, seler, gorczyca

Przechowywać w suchym i zaciemnionym miejscu

Wartość odżywcza w 100g produktu

- **wartość energetyczna 1265 kJ / 310kcal**
- **białko 24g**
- **błonnik 23g**
- **węglowodany 35g**
- **tłuszcz 2,1g**