

Kasza gryczana niepalona BIO 500 g



Ocena Nie ma jeszcze oceny

[Zadaj pytanie o produkt](#)

Producent: [Fresano](#)

Szczegóły produktu

Opis: kasza gryczana niepalona otrzymywana z obłuskanego ziarna gryki.

Składniki: kasza gryczana niepalona* 100% (*certyfikowany składnik ekologiczny).

Zastosowanie: jako dodatek do zup, dań jednogarnkowych, kotletów i pasztetów. Doskonale komponuje się z warzywami i gulaszem. Polecana jako nadzienie do pierogów, gołąbków i naleśników.

Sposób przygotowania: kaszę wsypać do wrzącej, osolonej wody. Dodać trochę oleju. Gotować na małym ogniu przez około 20 minut w proporcji 2 części wody na 1 część kaszy.

Wartość odżywcza w 100 g:

Wartość energetyczna - 1421 kJ / 336 kcal

Tłuszcz - 3,1 g

w tym kwasy tłuszczowe nasycone - 0,7 g

Węglowodany - 61 g

w tym cukry - 1,4 g

Białko - 12 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 paczowane są surowce zawierające ww. alergeny.