

Dane aktualne na dzień: 05-05-2024 16:50

Link do produktu: <https://www.zielar.ski/kasza-jaglana-500g-vivio-p-13513.html>

Kasza Jaglana 500g - Vivio



Nasza cena	6,95 zł
Produkt	Ostatnia sztuka
Stan magazynowy	1 szt.
Czas wysyłki	24h
Numer katalogowy	5902115102769
Kod EAN	5902115102769
Producent	Vivio

Opis produktu

Otrzymywana z nasion prosa kasza jaglana jest uznawana za jedną z najzdrowszych i najstarszych kasz.

Charakteryzuje się niską zawartością skrobi i wysoką zawartością łatwo przyswajalnego białka. Jest także bogatym źródłem witamin z grupy B (B1, B2 i B6) oraz składników mineralnych, w tym żelaza i miedzi. Jej dużą zaletą jest także łatwostrawność i fakt, że nie zawiera glutenu.

Z tego względu jest szczególnie polecana osobom cierpiącym na jego nietolerancję.

Ponadto kasza jaglana jest jedną z kasz (obok kaszy gryczanej), która wykazuje działanie zasadotwórcze, co sprawia, że jest pomocna w utrzymaniu równowagi kwasowo-zasadowej organizmu.

Skład / Wartości odżywcze

Składniki: kasza jaglana

Stosowanie

Dobrze przygotowana kasza świetnie komponuje się zarówno z daniami słonymi, jak i słodkimi.

Gotuje się ją w proporcji: 2 szklanki wody na 1 szklankę kaszy. Kasza uprzednio powinna być wymoczona, by pozbyć się

smaku goryczki. Wyplukaną lub wymoczoną kaszę wrzucamy na wrzątek, z dodatkiem soli oraz 1 łyżki oleju. W momencie, gdy już woda wsiąknie w ziarno (po około 15 minutach), wyłączamy źródło ciepła i przykrywamy naczynie na kilka minut. Tak przygotowana kasza jest gotowa do spożycia lub dalszej obróbki.

Dla bezpieczeństwa informujemy, że na terenie zakładu konfekcjonowane są produkty zawierające gluten.

Ze względu na swój neutralny smak kasza jaglana doskonale komponuje się z warzywami i mięsami. Na jej bazie można także przyrządzać sałatki, zapiekanki i słodkie desery.

Informacje dodatkowe

Sprzedawane produkty mogą różnić się kolorem, fakturą, wielkością i smakiem z uwagi na ich naturalne pochodzenie.

Na terenie zakładu konfekcjonowane są produkty zawierające: gluten, orzechy, nasiona sezamu i produkty pochodne.

Wartości odżywcze podane w tabeli mogą nieznacznie różnić się w zależności od partii. Strona jest na bieżąco aktualizowana, jednak zdarza się, że posiadamy na stanie kilka partii produktu.

„Referencyjna wartość spożycia dla przeciętnej osoby dorosłej

(8 400 kJ/2 000 kcal)”.