

SIEMIĘ LNIANE ZŁOCISTE 250 g OLEOFARM



Cena: 4,25 PLN

Opis słownikowy

Producent	OLEOFARM
Rodzaj rejestracji	Dietetyczny środek spożywczy

Opis produktu

Opis Siemię lniane brązowe charakteryzuje się wysoką zawartością błonnika pokarmowego. Mielone siemię lniane można dodawać także do zup, pieczywa, sosów, płatków śniadaniowych oraz pasty przygotowywanej na bazie oleju lnianego i białego sera. Siemię lniane należy zmielić na świeżo bezpośrednio przed dodaniem do potraw. **Sposób użycia** 1 łyżkę siemienia lnianego zalać 3/4 szklanki ciepłej wody. Odczekać kilka minut często mieszając do uzyskania kleiku. Pić 2-3 razy dziennie. Siemię lniane można przed zalaniem wodą również zmielić. Kleik przygotowany ze zmielonego siemienia lnianego można spożywać z dodatkiem mleka, owoców, jogurtów, czy miodu. **Skład** Złociste nasiona lnu zwyczajnego (*Linum usitatissimum* L.) Wartość odżywcza w 100g produktu: Wartość energetyczna (energia) – 2129 kJ/515 kcal Tłuszcz – 40 g, w tym: kwasy tłuszczowe nasycone – 4,0 g kwasy tłuszczowe jednonienasycone – 8,1 g kwasy tłuszczowe wielonienasycone – 27 g Węglowodany – 6,4 g, w tym: cukry – 1,6 g Błonnik – 22 g Białko – 21 g Sól – 0,11 g