

LenVitol Siemię Lniane

Złociste 2 x 250 g

LenVitol Siemię Lniane Złociste 2 x 250 g

Opis

LenVitol Siemię Lniane Złociste to środek spożywczy, który łatwo wykorzystać w codziennej kuchni. Wysoka zawartość błonnika i obecność nienasyconych kwasów tłuszczowych czynią z niego wartościowe uzupełnienie zróżnicowanego jadłospisu. Nasiona można zalewać wodą, mielić lub dodawać do ulubionych dań, wzbogacając ich smak i konsystencję.

Składniki

Złociste nasiona lnu zwyczajnego (*Linum usitatissimum* L.).

Wartość odżywcza	100 g
Wartość energetyczna	2129 kJ/515 kcal
Tłuszcz, w tym:	40 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	4,0 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasycone	8,1 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasycone	27 g
Węglowodany, w tym:	6,4 g
Cukry	1,6 g
Błonnik	22 g
Białko	21 g
Sól	0,11 g

Przeznaczenie produktu

Produkt przeznaczony jest dla osób, które chcą urozmaicić

codzienny jadłospis naturalnym źródłem błonnika i nienasyconych kwasów tłuszczowych. Siemię lniane można wykorzystać do przygotowywania napoju lub kleiku, a także jako składnik domowych wypieków, śniadań, koktajli oraz dań obiadowych.

Właściwości produktu

Złociste nasiona lnu LenVitol:

- charakteryzuje się wysoką zawartością błonnika pokarmowego,
- stanowi źródło nienasyconych kwasów tłuszczowych,
- dostarcza 21 g białka w 100 g produktu,
- ma prosty skład,
- nadaje się do przygotowania kleiku,
- może być spożywane w całości lub po zmieleniu,
- urozmaica smak i wartość odżywczą codziennych posiłków,
- pasuje do dań słodkich oraz wytrawnych,
- sprawdza się jako dodatek do jogurtów, płatków, pieczywa, zup, sosów i past.

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 zemleć. Kleik przygotowany ze zmielonego siemienia lnianego można spożywać z dodatkiem mleka, owoców, jogurtów, czy miodu.

Ostrzeżenia dotyczące bezpieczeństwa

- Przechowywać w temperaturze pokojowej, w suchym i ciemnym miejscu.