

OLEOFARM Len złocisty ziarno 250g



Cena: 5,70 zł

Opis słownikowy

Producent OLEOFARM SP. Z O.O.

Opis produktu

Propozycja przygotowania:

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

Składniki:

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

Przechowywanie:

Przechowywać w temp. pokojowej, w suchym miejscu.