

ALCE NERO LENTICCHIE SECCHIE BIOLOGICHE - 400 G

Marchio: Alce Nero
Codice Min.: 8009004600201
Link: [clicca qui per acquistare](#)



ALCE NERO LENTICCHIE SECCHIE BIOLOGICHE - 400 G

Le lenticchie biologiche Alce Nero provengono solo da coltivazioni italiane. La pianta delle lenticchie è molto antica e proviene dall'Oriente da cui poi si diffuse in tutto il Mediterraneo. Per l'utilizzo, ti consigliamo di tenere le lenticchie in ammollo per 6 ore in acqua fredda, cambiando l'acqua almeno una volta. Per favorire l'intenerimento della buccia, aggiungere poi il sale a fine cottura; mentre per evitare gonfiori intestinali, utilizzare alloro o finocchietto durante la preparazione. Ricche di fibre e proteine, sono ideali per zuppe, passati e minestre.

Valori nutrizionali medi per 100 grammi:

energia: 1545kJ/366kcal

grassi: 2,5g di cui acidi grassi saturi: 0,3g

carboidrati: 54g di cui zuccheri: 2,4g

fibre: 14g

proteine: 25g

sale: 0,02g