



Seminte decorticate de canepa eco 1000 gr CANAH

Semintele de canepa au un continut ridicat de acizi grasi polinesaturati, cu un raport ideal intre Omega 6 si Omega 3 (3:1) si cu un continut ridicat de proteina completa (toti aminoacizii esentiali). În plus, semintele decorticate de canepa au un continut bogat de: vitamina E, Potasiu, Fosfor, Magneziu, Fier, Zinc, Cupru si Mangan.

Acizii grasi Alfa-Linoleic Acid (Omega 3) si Linoleic Acid (Omega 6) contribuie la mentinerea concentratiilor normale ale colesterolului din sange.

Gustul semintelor de canepa este unul asemanator gustului de nuca.

Se recomanda 2 linguri de seminte (aprox. 30 g) pe zi. Se pot adauga in salate de orice fel, musli, iaurt, shake-uri sau in produse de panificatie sau prajituri.

Produsul NU contine gluten si, prin natura ingredientelor, NU contine alergeni.

Reprezinta o alternativa pentru raw vegani, vegani, vegetarieni, cei care au intoleranta la lactoza sau gluten.

Informatii nutritionale:

Valoare energetica/100 g 514 Kcal / 2134 KJ

- Proteine 30 g
- Grasimi 41 g
- Saturate 4 g
- Nesaturate 37 g
- Polinesaturate
- Omega 6 21.2 g
- Omega 3 6.9 g
- Monosaturate
- Omega 9 8.9 g
- Carbohidrati 11 g
- Fibre 9.3 g
- Zaharuri 1.7 g
- Colesterol 0 g
- Vitamine
- Vitamina B1 0.02 mg
- Vitamina B2 0.05 mg
- Vitamina B3 48.6 mg

- Vitamina B6 0.55 mg
- Vitamina-alfa-E 1.12 mg
- Vitamina-gamma-E 12.5 mg
- Minerale
- Calciu 80 mg
- Sodiu < 10 mg
- Fier 10.1 mg
- Fosfor 1480 mg
- Magneziu 630 mg
- Potasiu 1000 mg