

Penne din amarant, teff si quinoa bio fara gluten 250 gr PASTA NATURA

Paste bio vegane fara gluten, fabricate de maestri italieni pentru garantia calitatii si a gustului desavarsit.

Ingrediente: faina de porumb*, faina de orez*, faina de amarant* 10%, faina de teff* 5%, faina de quinoa* 5%.
*din agricultura ecologica

Timp de fierbere: 5-7 minute.

Pentru un gust plin de energie, alegeti pastele cu amarant, teff si quinoa. Bogate in aminoacizi esentiali, carbohidrati complexi si proteine vegetale.

O alternativa foarte sanatoasa la pastele traditionale din grau, cu aspect asemanator dar cu un gust aparte si evident fara gluten. Potrivite pentru sportivi si pentru persoanele care doresc un indice glicemic scazut. Amarantul este bogat in calciu, fosfor si fier. Teff este bogat in fibre, potasiu, tiamina, niacina si vitamina B6. Iar quinoa este o buna sursa de lizina, fibre si minerale precum fosfor, magneziu, zinc.

Sfaturi pentru gatit:
Aceste paste merg bine cu leguminoase, sau cu boabe de fasole si naut. De asemenea puteti prepara un sos cu masline negre si ardei.

Valori nutritionale/100g:
Energie: 1365 kJ/323 kcal
Grasimi: 2.9g din care saturate 0.45g
Carbohidrati: 60g din care zaharuri 2.0g
Fibre: 12g
Proteine: 8.3g
Saruri: 0.003g

Fabricat in Italia intr-o cooperativa agricola. Produs certificat bio, Vegan, fara gluten.