Semilla de Chía Bio 250 g Doypack Superalimentos Drasanvi

SKU: 032010034 **EAN13:** 8436044516177

Descripción

Aunque se trata de uno de los superalimentos de moda, su uso como alimento básico se remonta a las antiguas civilizaciones Mayas y Aztecas. Y con razón, ya que las semillas de Chía son **muy ricas en nutrientes y están repletas de vitaminas, minerales y ácidos grasos Omega 3, 6 y 9. Además, poseen un alto contenido en fibra**.

Otra de sus ventajas es que son muy fáciles de digerir y mezclar con otros alimentos. Se caracteriza por un agradable sabor, ligeramente suave y parecido al de la nuez.

Las semillas de Chía, cuando se combinan con líquido, **absorben entre 10 y 12 veces su peso en agua** formando un gel voluminoso. De esta forma, se convierte en un ingrediente muy versátil para enriquecer tus recetas.

Ingredientes

Semillas de Chía de origen BIO *(Salvia hispanica L.)*

Modo de uso

No superar 15 g diarios.Pueden añadirse al pan, al muesli, a yogures, batidos y ensaladas. También se pueden poner a remojo durante ocho horas para formar un gel, que se puede tomar directamente o utilizar en numerosas recetas.1 cucharada de postre= 3,5 gramos aproximadamente

Presentación

Envase de 250 g (8.81 oz)

Advertencias

Conservar en un lugar fresco y seco.

Sin alérgenos.

Información nutricional

Por cada 100 g

INGREDIENTE	CANTIDAD/100g
Valor energético	1860 kJ/ 450 Kcal

Grasas	31 g
de las cuales saturadas	3.3 g
de las cuales monoinsaturadas	2.8 g
de las cuales Omega 9	1.9 g
de las cuales poliinsaturadas	24.9 g
de las cuales Omega 3	16 g
de las cuales Omega 6	4.7 g
Hidratos de carbono	5 g
de los cuales azúcares	0.8 g
Fibras	33,7 g
Proteína	20 g
Sal	0,02 g

Información sobre alérgenos

Sin alérgenos

Certificaciones