Lenteja Dupuy Bio 500 g Ecosana

SKU: 467010039 **EAN13:** 8436012944063

Descripción

La Lenteja Dupuy es una variedad de lenteja, conocida como lenteja verdina, que recibe este nombre por la región francesa de donde es originaria. Procedente de cultivos 100% de origen ecológicos, la Lenteja Dupuy Bio de ECOSANA, te aportará la máxima calidad nutritiva al mismo tiempo que es respetuosa con el medio ambiente. Alabada y reconocida en la alta cocina como el ""caviar vegetal"", no solo por su tono algo verdoso y su sabor suave que la caracteriza, sino también gracias a su capacidad para permanecer entera una vez cocinada, han hecho de ella una de las lentejas más apreciadas para hacer recetas de lentejas tradicionales. Además su aporte en hierro es mayor al de cualquier otra especie de lentejas.

Ingredientes

Lenteja dupuy*

*Procedente de Agricultura Ecológica

Modo de uso

La lenteja Dupuy se puede cocinar de forma tradicional.

Por ejemplo para elaborar un rico estofado de lentejas:

Ponemos las lentejas a remojo la noche anterior. Esperamos un día para obtener las lentejas germinadas, entonces las metemos en una olla con agua. Añadimos verduras, patatas, ajos y cebolla (todo bien troceadito). Ponemos unas hojas de laurel y un chorrito de aceite y cerramos la olla. La ponemos al fuego y una vez que haya empezado la tenemos durante 20min. Después apagamos el fuego y las dejamos reposar unos minutos. Y ya estarían listas para servir!!

Presentación

Envase de 500 g

Advertencias

Puede contener trazas de **Gluten, Soja, Sésamo y Frutos de cáscara.**

Conservar en un lugar fresco y seco.

Información nutricional

Por cada 100 g

	Cantidad

Valor energético	**1473 kJ / 352 kcal**
Grasas *de las cuales saturadas*	**1,10 g** *0,10 g*
Hidratos de carbono *de los cuales azúcares*	**52,70 g** *2 g*
Fibra	**10,70 g**
Proteínas	**24,60 g**
Sal	**0,015 g**

Información sobre alérgenos

Frutos con cáscara, Gluten, Sésamo, Soja,

Certificaciones