



# Judía Verde ( Mungo) Bio 500 g Ecosana

SKU: 467010067 EAN13: 8436012944001

## Descripción

La Judía Verde, conocida con el nombre de "judia mungo", es una legumbre muy utilizada en la alimentación India y China. La judia mungo de ECOSANA se obtiene a partir de cultivos 100 % ecológicos, respetando por tanto el Medio ambiente y logrando que el producto conserve todas sus propiedades. Destaca su contenido en proteínas e hidratos de carbono; ideal para las dietas veganas y vegetarianas. Y tiene un elevado contenido de fibra alimentaria.

## Ingredientes

---

Judía verde (Mungo)\*

\*Procedente de Agricultura Ecológica.

## Modo de uso

---

Para una fácil digestión, remojar durante 4-6 horas antes de cocinarla. Cocer a fuego lento hasta que empiece a desprenderse un poco la piel, usando por cada taza de judías, 4 tazas de agua. Su sabor dulce y su textura blanda, la hacen un ingrediente muy versátil, que se adapta tanto a guisos como a ensaladas. Además de servir como acompañamiento para carnes y pescados.

## Presentación

---

Envase de 500 g

## Advertencias

---

Conservar en un lugar fresco y seco.

Puede contener trazas de **soja, sésamo y frutos de cáscara**

## Información nutricional

---

Por cada 100 g

	<b>Cantidad</b>
<b>Valor energético</b>	<b>1299 kJ /313 Kcal</b>
<b>Grasas</b> <i>de las cuales saturadas</i>	<b>1,20 g</b> <i>0,30 g</i>
<b>Hidratos de carbono</b> <i>de los cuales azúcares</i>	<b>62,80g</b> <i>1,50 g</i>
<b>Fibra</b>	<b>16,30 g</b>
<b>Proteínas</b>	<b>23,30 g</b>
<b>Sal</b>	<b>0,0375 g</b>

## Información sobre alérgenos

---

Frutos con cáscara, Sésamo, Soja,

## Certificaciones

---

