



# Trigo Sarraceno Bio 500 g Ecosana

SKU: 467010104 EAN13: 8436012943936

## Descripción

El Trigo Sarraceno Bio de ECOSANA se obtiene exclusivamente de cultivos ecológicos. De esta forma se consigue un producto de calidad nutritiva, además de respetuoso con el medio ambiente.

El trigo sarraceno se trata de un pseudocereal, cuyo origen se remonta a Asia Central. Destaca por su elevado contenido en hidratos de carbono de absorción lenta y su alto contenido en fibra! Además, este pseudocereal resulta muy versátil, ya que al ser naturalmente Sin Gluten puede utilizarse en muchas recetas para celíacos.

## Ingredientes

---

Granos de trigo sarraceno\*

\*Procedentes de agricultura ecológica.

## Modo de uso

---

Puedes utilizarlo como guarnición en tus recetas de carne y pescado o verduras, en salteados o ensaladas.

### Cocinado del grano de trigo sarraceno:

Lavar y secar el grano a fuego fuerte y removiendo (tostándolo previamente a la cocción, hace que el grano quede más suelto una vez cocinado). Añadir de dos a tres tazas de agua por cada taza de grano. Poner el agua en ebullición, bajar el fuego, taparlo y dejar cocer durante 20 minutos, hasta que el agua se absorba. Dejar reposar, y a partir de aquí, guisar o utilizar al gusto.

## Presentación

---

Envase de 500 g

## Advertencias

---

Conservar en un lugar fresco y seco.

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

## Información nutricional

---

Por cada 100 g

**Valor energético**

**Grasas** *de las cuales saturadas*

**Cantidad**

**1435 kJ / 343 Kcal**

**3,40 g** *0,75 g*

<b>Hidratos de carbono</b> <i>de los cuales azúcares</i>	<b>71,50 g</b> <i>0,80g</i>
<b>Fibra</b>	<b>10 g</b>
<b>Proteínas</b>	<b>13,25 g</b>
<b>Sal</b>	<b>0,0025 g</b>

## Información sobre alérgenos

---

Frutos con cáscara, Sésamo, Soja,

## Certificaciones

---

