



# Harina Avena Integral Sin Gluten Bio 500 g Ecosana

SKU: 467010195 EAN13: 8436012944957

## Descripción

La avena es un cereal que de forma natural no contiene gluten. Sin embargo, por la forma en que es cultivado y procesado, la avena puede ser contaminada fácilmente con cereales que si contienen gluten naturalmente, como el trigo, la cebada o el centeno. Es por esto, que esta Harina de Avena de ECOSANA ha sido elaborada a partir de granos de avena 100% ecológicos, mediante controles rigurosos que garantizan la ausencia de gluten en todos los puntos de la cadena alimentaria. La avena es un cereal muy nutritivo, con un alto contenido en fibra, destacando su contenido en betaglucanos.

## Ingredientes

---

Harina de avena integral\* (sin gluten)

\*Procedente de Agricultura Ecológica.

## Modo de uso

---

Sustituto perfecto de cualquier otro tipo de harina. Puedes utilizarla para tus recetas de repostería o mezclarla con otras harinas más panificables para crear fantásticos panes. Requiere de menor tiempo de cocción que otras harinas. Para hacer papillas para el desayuno, cocer durante 15 minutos en abundante agua.

## Presentación

---

Envase de 500 g

## Advertencias

---

Conservar en un lugar fresco y seco.

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

## Información nutricional

---

	Por 100 g
<b>Valor energético</b>	<b>1466 kJ / 349 kcal</b>
<b>Grasas</b> <i>De las cuales saturadas</i>	<b>7,09 g</b> <i>1,43 g</i>
<b>Hidratos de carbono</b> <i>De los cuales azúcares</i>	<b>55,70 g</b> <i>1,05 g</i>
<b>Fibra</b>	<b>9,67 g</b>
<i>De los cuales betaglucanos</i>	<b>1,05 g</b>
<b>Proteínas</b>	<b>10,70 g</b>
<b>Sal</b>	<b>0,021 g</b>

## Información sobre alérgenos

---

Frutos con cáscara, Sésamo, Soja,

## Certificaciones

---

